ਗੁਰਬਾਣੀ ਚਾਨਣ

# *Thus Says*

# *SRI GURU GRANTH SAHIB*

(Revised and enlarged edition)

A collection of about one thousand references and quotations from Gurbani in Gurmukhi as well as in Roman scripts with their translation in English and Punjabi on 65 topics.

ੴ


By

Sawan Singh

Edited by

S.Hakam Singh(Ph.D.)


Thus Says Sri Guru Granth Sahib

Sawan Singh Principal(Retd.)

September,2003

Printed & Published by:

Sawan Singh,10561Brier Lane, Santa Ana , California

Phone:714 544 3031 sawansingh85@gmail.com

*Computer Typesetting by:*

Advanced Computers ,Adda Hoshiarpur, Jalandhar.Ph:91-1812214308

E-mail:dilrajsuri@hotmail.com

*Price:*

Minimum Donation of $5 for the Sikh Center,Orange Country or the Gurdwara where it is distributed. If wanted by post,please also send a self addressed envelope 16 inch by 9 inch having postal stamps of 2 USA dollars along with the check in favour of Sikh Center Orange County. Those residing outside USA are requested to contact me on the phone or Email. No Check is required from a library.

*Dedicated to*

All members of my family whose services and encouragement has enabled me to write all the seven books.

# Introduction

# To the first edition

This book contains a collection of about six hindered quotations from Sri Guru Granth Sahib on forty eight subjects along with their translation in simple English and Punjabi. Sri Guru Granth Sahib,the holy scripture is a spiritual light house which offers,through poetical compositions,sublime thoughts to the whole mankind. Its teachings aim at propelling a person to a high spiritual level and becoming eligible to merge into the ultimate reality -God. It also teaches us the method of getting emancipation while alive, by controlling and not killing our instincts.

Sri Guru Granth Sahib contains over five thousand hymns which touch every ethical,moral,spiritual and social aspect of human life. Hymns or their parts selected for this book touch our daily life-adultery,anger asceticism, idol worship,eatig, drinking,conversation,hypocrisy,jealousy,rituals,slander,five demons and tolerance are a few of them.

I have arranged the subjects alphabetically and quotations page wise. Appropriate quotations have been placed under each chapter. To avoid repetition of the same idea and keeping in view the volume of the book,I have kept the number of references under each subject below 25. Difficult words and their meanings in the translation have been marked. Page number of Sri Guru Granth Sahib from which the references has been taken and the name of the author have been given at the end of each references.

I glanced through most of the translations of Sri Guru Granth Sahib published so far,as they are available in the huge library of the Sikh Center of Orange Country,Santa Ana(C.A.).But for the translation of these references, I was mostly depended upon 'Sri Guru Granth Darpan' by Prof. Sahib Singh and 'Sri Guru Granth Sahib (English & Punjabi Translation)' by S. Manmohan Singh. Wherever these two authors differed, I consulted the other authors and my guide Dr. Hakam Singh. I am highly thankful to all of them.

I am indebted to Dr. Hakam Singh, a scholar of Sikh scriptures,for the guidance and encouragement he gave to me and for his willingly and selflessly sparing his precious time to edit this book. My thanks are due to Dr. Jagir Singh who arranged the publication of this book. I also thank S.Komal Singh,Dr.Gurmeet Smgh Baidwan and S.Harmeet Singh who did the difficult job of proof reading.

Appreciation of my previous two hooks on Gurbani has encouraged me to write this one. My aim is not to earn money,but to spread a message of Sri Guru Granth Sahib. I shall feel fortunate if I succeed in my mission. I apologize to the readers for any unintentional error or omission committed by me. I shall always welcome criticism and suggestions. I would request my worthy readers to share this book with other interested readers and handle it respectfully. They are requested to pray for my health so that I may continue my mission.

Sawan Singh Principal(Retird), 10561,Brier Lane,Santa Ana, California,USA 02705 Phone 714 544 3031 sawansingh85@gmail.com

# PREFACE

I met principal Sawan Singh three times in life time. First time we were interviewing for the post of Principal for Guru Tegh Bahudur Public School,Sector 15,Chandigarh. With a number of candidates,Principal Sawan Singh also appeared. He was already retired Principal of an Adarsh Public School run by Punjab Government and was recipient of the State Award for the best teacher. He was definitely the best of all the candidates. On inquiring for the pay,he offered to serve as an honorary Principal. Naturally we accepted the offer. He ran the school for three years and provided it with very strong foundations.

He proved to be an embodiment of the selfless worker. Second time I met him in U.S.A. in a seminar. All the seminarians were invited to a dinner by his doctor son at his residence. It was a grand and impressive dinner. It impressed me in the sense that son is following the footsteps of his father.

Third I met him in Gurudwara in Sector 35,Chandigarh. Principal Sawan Singh left imprint in my mind. The best thing about him is that he turned out to be a good research scholar in Gurbani. He wrote about four books before the present volume “Thus Says Sri Guru Granth Sahib”.

In this volume,he has selected a number of topics related to human spiritual longing,social behavior and ethical precepts emerging out of the study of Gurbani. Under the heading of each topic,quotations from Gurbani are given. Undoubtedly this is a difficult job which he has handled efficiently. Along with the collection,he has translated them into Punjabi and English both.

It is my assessment that translating literature,particularly poetry,still more particularly spiritual poetry,from one language into another one,is a very difficult job. The exactness of meaning in original and translated one,is almost impossible. Therefore,one has to depend upon approximation.

There are two methods of translating one language into an other. First,it is in the literal sense,the second is to depend upon the sense of the work,which means taking liberty in adopting the literal method of translation. Principal Sawan Singh has adopted the second method. For example:

ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਸਚੁ ਕਰਣੀ ਸਾਰ॥ (ਮਹਲਾ ੫,ਪੰਨਾ ੧੨੯੯)

Nanak Says-“The only pure deeds is to live truthfully."

ਜੋਗੁ ਨ ਭਗਵੀ ਕਪੜੀ ਜੋਗੁ ਨ ਮੈਲੇ ਵੇਸਿ॥

ਨਾਨਕ ਘਰਿ ਬੈਠਿਆ ਜੋਗੁ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੂ ਕੈ ਉਪਦੇਸ॥ (ਮਹਲਾ ੩,ਪੰਨਾ ੧੪੨੧)

*Union with the Lord is obtained not through ochre robes nor by wearing dirty dress. Guru Nanak Says-“Union with the Lord is obtained by following the True Guru’s instructions,even while sitting in one’s home.”*

It is understandable that the comprehension of the ethics in Gurbani is very difficult. To write about it is still very difficult. The translation is the most difficult job. But Principal Sawan Singh has shown commendable success in doing this this job.

Surely, it is an attempt to satisfy the urge of of a spiritual seeker in India and abroad. I know the new generation is in a difficulty to understand Gurbani, hence the translation is an urgent need. Principal Sahib has responded to this need of the new generation. Those who do not understand Punjabi,will be able to learn through English,through this attempt. Thus,they will be in a position to experience the spiritual richness,particularly the ethical value of Gurbani. It will help younger generation all through the formative period. This is sure to help the Sikh children as well as all those who want to pass through the experience of spiritual elevation,by leaving behind the boundaries of a religion.

Keeping in view the likely impact of this endeavor, upon curious mind,I congratulate Principal Sawan Singh on his success. At the same time I pray for many more such gifts from his pen. The researchers and the practical path fares should benefit from this contribution.

Darshan Singh

Prof. Guru Nanak Sikh Studies,

Panjab University,Chandigarh

Please read and share with others

## INTRODUCTION TO THE SECOND EDITION

Some says that Sri Guru Granth Sahib is meant only for saints and teaches nothing but meditation. The fact is that it is a unique scripture known for its originality and universal appeal. It is a cosmopolitan in its character as it contains sacred hymns of many non-Sikh saints from different parts of India. It teaches us how to become a perfect human being without renouncing the world. It stresses upon controlling and not killing our instincts. It also shows us the usefulness of sweet tongue, toleration, forgiveness, character building, self –dependence, and many other universally recognized virtues. It upholds the women honor and love for all human beings. It condemns social evils like untouchability etc. Numerous references in this book will prove this fact. It is a pity that we, Gurbani lovers, have not paid our full attention to this important aspect. Subsidized religious literature can be a great help. Our institutions should make more efforts towards this important job.

The first edition of this book was released on the martyrdom anniversary of Guru Arjan Dev in 2000 at the Sikh Center Orange Country, Santa Ana(C.A.). Its usefulness and uniqueness made it so popular that the first installment received from India was exhausted soon,in spite of the fact that unlike my first four books I did not give it free to everybody as that method did not prove useful. It was given to anybody who desired and donated minimum five dollars to the Gurdwara where it was distributed. I also adopted this method for my next book. It proved encouraging beyond my expectation. I tried this practice in many other Gurdwaras and the result was highly satisfactory.

I felt encouraged and started working on the revised and enlarged edition of the book. With the feedback from my learned readers, guidance from my worthy guide, and my own humble efforts of the last 28 months, I have been able to write this revised and enlarged edition. It contains 15 new social topics with about 175 references from Gurbani. I also added about 170 quotations from the Gurbani to the text of the first edition. All these 1000 references and quotations have been translated into simple English and Punjabi. I shall feel obliged if some Gurbani lover publishes it with translation in some other language. I feel we should spread the teachings of our Masters in the language of the masses to whom we want to convey. I have also written all the references in Roman script so that those who cannot read Gurmukhi script, but can talk and understand Punjabi may take full advantage of it.

While translating from one language into another, brevity and beauty of the language are sacrificed, especially when you aim at translating every difficult word. I know my limitation and am aware of my shallow knowledge. I request my readers to excuse these limitations. I studied many existing methods of transferring the Gurmukhi script into Roman script, but found that most of them were complex. There is no doubt that no method can be perfect for transferring one script into another. I found that the method used by the website, ‘www.sikhitothemax.com’, better than any other method. I have used that method with the due permission and am thankful to those who tried it first as they have solved my problem. My readers who want to read Gurbani in Roman script are requested to go through the chart showing the method adopted for the transfer of the script, which is given in the beginning.

I am highly thankful to Dr. Darshan Singh,Professor,Guru Nanak Sikh Studies,Panjab University, Chandigarh for acceding to my oral request for writing preface to the first edition of this book. He has raised me to the skies while I know that I do not deserve all that. I would try to become what he thinks of me. May God help me! I sincerely thank S.Hakam Singh Ph. D for guiding me and sparing his precious time to edit this book twice. I must thank my dear S. Gurinder Singh Arora for teaching me how to operate computer and type. Without his help, it would have taken me a lot of more time and cost me much more money. I am also thankful to my dear nephew Jasbir Singh who looked after its printing and proof reading job.

In the end, I thank God Almighty for giving me strength to fulfill my burning desire of writing this revised and enlarged edition on the eve of the 400$^{th}$ anniversary of the installation of the Adi-Granth in the Golden Temple. I beg my worthy readers to handle this book respectfully and pass to others after reading it.


Sawan Singh

Principal(Retired)

10561 Brier Lane,

Santa Ana 92705(C.A.)U.S.A.

Ph.:714-544-3031,916-967-3757

Email:sawansingh85@gmail.com


## Note

So far four edition of this book have been published, two by myself ,third by a non profit Sikh Organization ,and the fourth by a reputed book seller in the Punjab. I had to get this edition for my website typed as the CD of the book was lost. So there might be some mistakes , I apologize for the same.

Sawan Singh

December11,2011

# Contents

# ਤਤਕਰਾ

# Key to Roman Script

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 0 ੦ | ; | ; | ੀ | ee | ੂ | 0 | ਬ | b | ਲ | l | ਵ | v |
| 1 ੧ | ੧ਓ | iko | ਝ | jh | ੜ | rr | ਚ | ch | ਮ | m | ਾ | aa |
| 2 ੨ | ⌒ | (n)kaar | ਖ | kh | ਂ | aa(n) | ਦ | dh | ਨ | n | ਣ | n |
| 3 ੩ | ਅ | a | ਲ਼ | l(h) | ਯ | y | ੲ | e | ੋ | 0 | ੈ | ae |
| 4 ੪ | ਭ | bh | ੰ | (n) | ੇ | ai | ਡ | dd | ਪ | p | ਜ਼ | z |
| 5 ੫ | ਛ | shh | ਫ | f | ਗ਼ | g(h) | ਗ | g | ਤ | th | ਙ | n(g) |
| 6 ੬ | ਧ | dhh | ਥ | thh | ਞ | n(j) | ਹ | h | ਰ | r | ਨੂੰ | noo(n) |
| 7 ੭ | ਓ | ou | ੍ਰ | r | ॥ | ॥ | ਿ | i | ਸ | s | ੍ਰ | r |
| 8 ੮ | ਢ | dh | ਸ਼ | sh | ਖ਼ | khh | ਜ | j | ਟ | tt | ਂ | (n) |
| 9 ੯ | ਘ | gh | ਠ | t(h) | ੳ | au | ਕ | k | ੁ | u | | |

# ADULTERY-ਵਿਭਚਾਰ

੧.ਪਰ[1] ਘਰਿ ਚੀਤੁ[2] ਮਨਮੁਖਿ ਡੋਲਾਇ[3]॥(ਪੰਨਾ ੨੨੬)
pur[1]gharcheeth[2]munumukhddolaae[3][
ਅਧਰਮੀ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ[2] ਪਰਾਈ[1] ਇਸਤ੍ਰੀ ਲਈ ਡੋਲਦਾ[3] ਹੈ।
An apostate's mind[2] is lured[3] by somebody's[1] wife.

੨.ਪਰ ਧਨ ਪਰ ਦਾਰਾ[1] ਪਰ ਨਿੰਦਾ ਇਨ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਿਵਾਰਿ[2]॥(ਪੰਨਾ ੩੭੯)
pur dhhun pur dhaara[1] pur ni(n) dhaa ein sio preeth nivaar[2] ।
(ਹੇ ਮਨੁੱਖ) ਪਰਾਇਆ ਧਨ, ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ[1]ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਬਦਖੋਈ-ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਮੁਹੱਬਤ ਨੂੰ ਛੱਡ[2]।

Forsake[2] the craving for other's wealth, somebody's woman[1] and slander of others.

3.ਜੈਸਾ ਸੰਗੁ ਬਿਸੀਅਰ[1] ਸਿਉ ਹੈ ਰੇ ਤੈਸੋ ਹੀ ਇਹੁ ਪਰ ਗ੍ਰਿਹੁ॥(ਪੰਨਾ ੪੦੩)
jaisaa su(n)g biseear[1] sio hai rae thaiso hee eihu pur grihu ।
ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ ਨਾਲ ਭੋਗ ਬਿਲਾਸ ਇਉਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਸੱਪ[1] ਦਾ ਸਾਥ।
Ravishing another person`s woman is equivalent to the company of a venomous snake[1].

੪.ਨਮਖ[1] ਕਾਮ ਸੁਆਦ ਕਾਰਣਿ ਕੋਟਿ[2] ਦਿਨਸ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੪੦੩)
ਘਰੀ ਮੁਹਤ ਰੰਗ ਮਾਣਹਿ ਫਿਰਿ ਬਹੁਰਿ ਬਹੁਰਿ ਪਛੁਤਾਵਹਿ॥
nimukh[1] kaam suaadh kaaran kot[2] dhinus dukh paavehi[
ghuree muhuth ru(n)g maanehi fir bahur bahur pushhuthaavehi ।
ਥੋੜਾ ਜਿਤਨਾ[1] ਸਮਾਂ ਕਾਮ-ਵਾਸ਼ਨਾ ਦੇ ਸੁਆਦ ਦੀ ਖਾਤਰ ਤੂੰ ਲੰਬੇ ਅਰਸੇ[2] ਲਈ ਦੁੱਖ ਸਹਾਰਦਾ ਹੈਂ। ਤੂੰ ਘੜੀ ਦੋ ਘੜੀ ਮੌਜਾਂ ਮਾਣਦਾ ਹੈਂ ਤੇ ਫਿਰ ਮੁੜ ਮੁੜ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ।
For a moment`s[1] indulgence in lust,you incur the pain for countless[2] days. For instant and a trice, you enjoy yourself and then repent over and over again.

੫.ਦੇਇ ਕਿਵਾੜ ਅਨਿਕ ਪੜਦੇ ਮਹਿ ਪਰ ਦਾਰਾ ਸੰਗ ਫਾਕੈ[1]॥
ਚਿਤ੍ਰ ਗੁਪਤ ਜਬ ਲੇਖ ਮਾਗਹਿ ਤਬ ਕਉਣੁ ਪੜਦਾ ਤੇਰਾ ਢਾਕੈ॥(ਪੰਨਾ ੬੧੬)
dhaee kivaarr anik purrudhae mehi pur dhaaraa su(n)g faakai[1] [
chithr gupath jab laekhaa maagehi thab koun parradhaa thaeraa taakai |
ਮਨੁੱਖ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਕਈ ਪਰਦਿਆ ਪਿਛੇ ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ ਨਾਲ ਭੋਗ[1] ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਮਨੁੱਖ !ਜਦੋਂ ਧਰਮ ਰਾਜ ਦੇ ਦੂਤ (ਚਿਤ੍ਰ ਤੇ ਗੁਪਤ ਤੇਰੇ ਕੋਲੋਂ ਤੇਰੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਦਾ) ਹਿਸਾਬ ਮੰਗਣਗੇ, ਤਦੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਤੇਰੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾ ਤੇ ਪਰਦਾ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕੇਗਾ।
You ravish[1] another person's woman behind closed doors and many curtains(thinking that no one would see you). However, when God's agents (who see all your actions) call for your accounts,then who will hide your sins?

੬.ਰੇ ਨਰ ਕਾਇ ਪਰ ਗ੍ਰਿਹਿ ਜਾਇ॥
ਕੁਚਲ ਕਠੋਰ ਕਾਮਿ ਗਰਧਬ[1] ਤੁਮ ਨਹੀ ਸੁਨਿਓ ਧਰਮ ਰਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੦੧)
rae nur kaae pur grihi jaae ।

kuchul kut(h)or kaam gurudhhubh[1] thum nehee suniou dhhurumraae ।
ਹੇ ਮਨੁੱਖ ਤੂੰ ਪਰਾਏ ਘਰ ਕਿਉਂ (ਮੰਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ) ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਹੇ ਗੰਦੇ, ਨਿਰਦਈ ਤੇ ਵਿਸ਼ਈ ਗਧੇ[੧]! ਕੀ ਤੂੰ ਧਰਮ-ਰਾਜ (ਦਾ ਨਾਮ) ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਸੁਣਿਆ?

O man! Why do you go to another person's home(to entice his wife)?O filthy, heartless and lustful donkey[1]! Have you not heard of the Justice of God?

੭.ਪਰ ਧਨ ਪਰ ਦਾਰਾ ਪਰਹਰੀ[੧]॥ ਤਾ ਕੇ ਨਿਕਟ ਬਸੈ ਨਰਹਰੀ[੨]॥(੧੧੬੩)

pur dhhun pur dhaaraa purehuree[1[] thaa kai nikatt busai nuruhuree[2।]
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਪਰਾਏ ਧਨ ਤੇ ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ ਦਾ ਤਿਆਗ [੧]ਕੀਤਾ ਹੈ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਉਸ ਦੇ ਅੰਗ-ਸੰਗ ਵਸਦਾ ਹੈ।
The Lord[2] abides close to the person who does not covet[1] another person's wealth and woman.

੮.ਪਰ ਧਨ ਪਰ ਨਾਰੀ ਰਤੁ[੧] ਨਿੰਦਾ ਬਿਖੁ ਖਾਈ ਦੁਖੁ ਪਾਇਆ॥(੧੨੫੫)

pur dhhun pur naaree ruth[1] ni(n)dhaa bikh khaaee dhukh paaeiaa ।
ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ ਤੇ ਪਰਾਈ ਦੌਲਤ ਨੂੰ ਮਾਨਣਾ[੧] ਅਤੇ ਪਰਾਈ ਨਿੰਦਿਆ, ਜ਼ਹਿਰ ਪੀਣ ਵਾਂਗ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਦੁਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। Being attached[1] to another person's woman or riches and slandering others are like taking poison, where by one suffers pain.

੯. ਬਨਿਤਾ[੧] ਛੋਡਿ ਬਦ ਨਦਰਿ ਪਰ ਨਾਰੀ ॥
ਵੇਸਿ ਨ ਪਾਈਐ ਮਹਾ ਦੁਖਿਆਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੪੮)

banithaa[1] shhodd budh nudhar pur naaree [
vaes n paaeeai mehaa dhukhiaaree ।
ਜੋ ਆਪਣੀ ਵਹੁਟੀ[੧] ਛੱਡ ਕੇ ਤੇ (ਜੋਗੀ ਬਣ ਕੇ) ਪਰਾਈ ਜਨਾਨੀ ਨੂੰ ਬੁਰੀ ਨਿਗਾਹ ਨਾਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਰੇ ਧਾਰਮਿਕ ਪਹਿਰਾਵੇ ਨਾਲ (ਰੱਬ) ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਤੇ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
If one abandons one's own wife[1](by becoming mendicant) and then casts evil eyes upon another person's wife, one cannot attain the Lord by merely wearing religious garb and becomes very miserable.

੧੦.ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ[੧] ਰਾਵਣਿ ਜਾਹਿ ਸੇਈ ਤਾ ਲਾਜੀਅਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੬੨)

pur thria[1] raavan jaahi saeee thaalaajeeahi ।
ਜਿਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਪਰਾਈਆਂ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ[੧] ਨੂੰ ਭੋਗਣ (ਮਾਣਨ) ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ (ਰੱਬ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ) ਜ਼ਰੂਰ ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
They who entice anotherperson's woman[1] have to suffer shame.

੧੧.ਉਛਲਿਆ ਕਾਮੁ ਕਾਲ ਮਤਿ ਲਾਗੀ ਤਉ ਆਨਿ[੧] ਸਕਤਿ[੨] ਗਲਿ ਬਾਂਧਿਆ॥
ਤਰੁਣ ਤੇਜੁ ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ ਮੁਖੁ ਜੋਹਹਿ ਸਰੁ ਅਪਸਰੁ ਨ ਪਛਾਣਿਆ॥(ਪੰਨਾ ੯੩)

oushhaliaa kaam kaal math laagee tho aan[1] sukath[2]gal baa(n)dhhiaa ।
thurun thaej pur thria much johehi sur apusur n pushhaaniaa ।
ਜਦ ਭੋਗ ਬਿਲਾਸ ਦਾ ਵੇਗ ਜ਼ੋਰ ਪਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਕਾਲਖ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਪਰਾਈ[੧] ਇਸਤ੍ਰੀ[੨] ਨੂੰ ਅਪਣੀ ਛਾਤੀ ਨਾਲ ਲਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੁਆਨੀ ਦੇ ਜੋਸ਼ ਵਿਚ ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਦਾ ਮੂੰਹ ਤਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਲੇ ਬੁਰੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।
When lust springs up and mind is darkened , one embraces another person`s[1] wife[2]. In the glow of youth, one stares at other wives and does not distinguish between good and evil.

੧੨.ਜਿਉ ਤਨੁ ਬਿਧਵਾ ਪਰ ਕਉ ਦੇਈ॥ ਕਾਮਿ ਦਾਮਿ ਚਿਤੁ ਪਰ ਵਸਿ ਸੇਈ॥
ਬਿਨੁ ਪਿਰ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਕਬਹੂੰ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੨੨੬)

jio thun bidhhuvaa pur ko dhaeee[kaam dhaam chith pur vassaeee।
bin pir tripath n kubehoo(n)hoee[

ਇਕ (ਬਦਚਲਣ) ਵਿਧਵਾ ਆਪਣਾ ਸਰੀਰ ਪਰਾਏ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਗ ਬਿਲਾਸ ਜਾਂ ਦੌਲਤ ਦੀ ਖਾਤਰ ਆਪਣਾ ਮਨ ਵੀ ਪਰਾਏ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਸ ਵਿਚ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਪਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

An (unchaste) widow gives her body to a stranger; she allows her mind to be controlled by others for lust or money, but without her husband, she is never satisfied.

੧੩.ਮਨਮੁੱਖ ਲਹਰਿ ਘਰੁ ਤਜਿ ਵਿਗੂਚੈ[1] ਅਵਰਾ ਕੇ ਘਰ ਹੇਰੈ[2]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੨)

munumukh lehar ghur thaj vigoochai[1] avuraa kae ghur haerai [2][

ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪਿਛੇ ਲਗਣ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ(ਤਿਆਗ ਦੇ) ਜੋਸ਼ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਘਰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ (ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ) ਨੂੰ ਤੱਕਦਾ[2] ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਖ਼ੁਆਰ[1] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

The self-willed person, in a fit of passion, abandons his home, and is ruined[1]; he spies[2] on the homes of others.

14.ਇਸਤ੍ਰੀ ਤਜਿ ਕਰਿ ਕਾਮਿ ਵਿਆਪਿਆ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ਪਰ ਨਾਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੩)

Eisuthree thaj kar kaam viaapiaa chith laaeiaa pur naaree ।

(ਮਨੁੱਖ ਤਿਆਗੀ ਬਣ ਕੇ) ਆਪਣੀ ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਕਾਮ ਵਾਸ਼ਨਾ ਅੰਦਰ ਖਚਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ ਨਾਲ ਮਨ ਜੋੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

Abandoning his own wife, he (a mendicant) is engrossed in lust; and covets the wives of others.

੧੫.ਕਿਆ ਗਾਲਾਇਓ ਭੂਛ ਪਰ ਵੇਲਿ[1] ਨ ਜੋਹੇ[2] ਕੰਤ ਤੂ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੯੫)

kiaa gaalaaeiou bhooshh pur vael [1] n johae2 ku(n)th thoo [

ਹੇ ਮੂਰਖ! ਤੂੰ ਕੀ ਗੱਲਾਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈਂ?ਜੇ ਤੂੰ ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ[1] ਨੂੰ (ਮੰਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ) ਨਾ ਤਕੇਂ[2] ਤਾਂ ਤੂੰ (ਸਹੀ ਅਰਥਾਂ ਵਿੱਚ) ਪਤੀ ਹੈ।

O fool! What are you talking? Don’t covet[2] other person's wife[1] (behold with bad intentions). Only then you are a real husband.

੧੬.ਘਰ ਕੀ ਨਾਰਿ ਤਿਆਗੈ ਅੰਧਾ॥ ਪਰ ਨਾਰੀ ਸਿਉ ਘਾਲੈ ਧੰਧਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੬੫)

ghur kee naar thiaagai a(n)dhhaa । pur naaree sio ghaalaidhhu(n)dhhaa।

ਅੰਨ੍ਹਾ ( ਪਾਪੀ) ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਵਹੁਟੀ ਛੱਡ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ ਨਾਲ ਝਖਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ।

The blind man (sinner) abandons his own wife and has affair with another woman.

੧੭.ਨਾਨਕ ਝੂਰਿ ਮਰਹਿ ਦੋਹਾਗਣੀ[1] ਜਿਨ੍ ਅਵਰੀ ਲਾਗਾ ਨੇਹੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੮੦)

naanuk jhoor murehi dhohaagunee[1] jin(h) avuree laagaa naehu]

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਛੁੱਟੜ[1] ਪਤਨੀ ਜੋ(ਪਤੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ) ਹੋਰ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਕੁਰਲਾਉਂਦੀ ਹੀ ਮਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Nanak, the discarded[1] wife who loves another man (and not her husband) wails herself to death.

# ANGER-ਕ੍ਰੋਧ

੧.ਅੰਤਰ ਲਾਗਿ ਨ ਤਾਮਸੁ[1] ਮੂਲੇ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਏ॥(ਪੰਨਾ ੨੯)
a(n) thar laag n thaamus[1] moolae vichuhu aap guvaaeae।
ਜਿਸ ਨੇ ਅਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੰਕਾਰ[1] ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਗੁੱਸਾ ਉਸ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।
Anger does not touch him at all who has shed his ego.[1]

੨.ਓਨਾ ਪਾਸਿ ਦੁਆਸਿ ਨ ਭਿਟੀਐ[1] ਜਿਨ ਅੰਤਰਿ ਕ੍ਰੋਧ ਚੰਡਾਲ॥(ਪੰਨਾ ੪੦)
ounaa paas dhuaas n bhitteeai[1] jin a(n) thar krodhh chu(n)ddaal।
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਚੰਡਾਲ ਕ੍ਰੋਧ ਵਸ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ[1] ਚਾਹੀਦਾ।
We should not go[1] near those in whose heart is wrath, the pariah.

੩. ਗਰੀਬਾ ਉਪਰ ਜਿ ਖਿੰਜੈ੧ ਦਾੜੀ॥ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮਿ ਸਾ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਸਾੜੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੯੯)
gurreebaa oupar j khi(n)jai[1] dhaaree । paarubreham saa agan mehi saarree।
ਜਿਹੜੀ ਦਾੜ੍ਹੀ (ਦਾੜ੍ਹੀ ਵਾਲਾ ਬੰਦਾ) ਗਰੀਬਾਂ ਉੱਤੇ ਖਿਝਦੀ[1] ਹੈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਉਸ ਨੂੰ ਅੱਗ ਵਿਚ ਸਾੜਦਾ ਹੈ।(ਸਜ਼ਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ।)
The bearded (tyrant) who expresses his anger[1] on the poor is burnt in the fire by God.

੪.ਰੋਸੁ ਨ ਕਾਹੂ ਸੰਗ ਕਰਹੁ ਆਪਣ ਆਪ ਬੀਚਾਰਿ॥(ਪੰਨਾ ੨੫੯)
ros n kaahoo su(n)g kuruhu aapun aap beechaar
(ਹੇ ਮਨੁੱਖ!) ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੁੱਸਾ ਨਾ ਕਰ,ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ।
Don't be angry with anybody, (on the other hand) delve within yourself(think of your deficiencies).

੫.ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਕਾਇਆ ਕਉ ਗਾਲੈ॥ਜਿਉ ਕੰਚਨ[1] ਸੋਹਾਗਾ ਢਾਲੈ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੨)
kaam krodhh kaaeiaa ko gaalai । jio ku(n) chun[1] sohaagaa dtaalai ।
ਜਿਵੇਂ ਸੋਹਾਗਾ ਸੋਨੇ[1] ਨੂੰ ਪਿਘਲਾ (ਗਾਲ) ਦਿੰਦਾ ਹੈ(ਤਿਵੇਂ) ਗੁੱਸਾ ਤੇ ਕਾਮ ਸਰੀਰ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Wrath and lust destroy body as borax melts the Gold.[1]

੬.ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਕੇ ਲੀਨੇ[1] ਗਤਿ ਨਹੀ ਏਕੈ ਜਾਨੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੩)
kaam krodhh thrisunaa kae leenae[1] gath nehee eaekai jaanee।
(ਹੇ ਮਨੁੱਖ!) ਤੂੰ ਕਾਮ, ਗੁੱਸੇ ਤੇ ਲਾਲਚ ਅੰਦਰ ਖਚਤ[1] ਹੋ ਗਿਆ ਹੈਂ, ਪਰ ਤੂੰ ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਬਾਰੇ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਸੋਚਿਆ।
(O man!) You are involved[1]in lust, wrath and greed, but have not thought about the one Lord.

੭.ਹੇ ਕਲਿ ਮੂਲ ਕ੍ਰੋਧੰ ਕਦੰਚ ਕਰੁਣਾ[1] ਨਾ ਉਪਰਜਤੇ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੫੮)
ਬਿਖਯੰਤ[2]ਜੀਵੰ ਵਸ੍ਯੰ ਕਰੋਤਿ ਨਿਰਤ੍ਯੰ ਕਰੋਤਿ ਜਥਾ ਮਰਕਟਹ[3]॥
ਅਨਿਕ ਸਾਸਨ[4] ਤਾੜੰਤਿ ਜਮਦੂਤਹ ਤਵ ਸੰਗੇ ਅਧਮੰ[5] ਨਰਹ॥
hae kal mool krodhhu(n) kudhu(n)ch kurunaa[1] n oupurujuthae।
bikhuyu(n)th[2] jeevu(n) vusyu(n) kuroth niruthyu(n) kuroth juthhaa murukutteh[3]।
anik saasun[4] thaarru(n)th jumudhootheh thuv su(n)gae adhhumu(n)[5]nureh।

ਹੇ ਝਗੜੇ ਦੇ ਮੁਢ, ਕ੍ਰੋਧ!(ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ) ਦਇਆ[੧] ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਉਪਜਦੀ। ਪਾਪੀ ਜੀਵ[੨] ਤੇਰੇ ਵਸ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਇਉਂ ਨਚਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਬਾਂਦਰ[੩]। ਤੇਰੀ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਜੀਵ ਨੀਚ[੫] ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਮਦੂਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਸਜ਼ਾਵਾਂ[੪] ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤਾੜਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

O wrath, the root cause of strife, you never know compassion[1]. You take control of the sinful[2] mortals and they dance like monkeys[3]. Men are debased[5] in your society and the courier of death chastises them with various punishments.[4]

### ੮.ਫਰੀਦਾ ਬੁਰੇ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰ ਗੁਸਾ ਮਨਿ ਨਾ ਹਢਾਇ॥
### ਦੇਹੀ ਰੋਗੁ ਨ ਲਗਈ ਪਲੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਪਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੧-੮੨)

fureedhaa burae dhaa bhulaa kar gusaa man n hudtaae।

dhaehee rog n lugee pulai subh kishh paae।

ਹੇ ਫਰੀਦ! ਤੂੰ ਬੁਰੇ ਆਦਮੀ ਨਾਲ ਵੀ ਭਲਾਈ ਕਰ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਗੁੱਸਾ ਨਾ ਲਿਆ।(ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ ਤੇ ਤੈਨੂੰ ਸਾਰਾ ਕੁੱਝ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ।

Farid says, " Return good for evil and don't get angry. Thus you will be fulfilled and your body will remain healthy (disease free)"

### ੯.ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਮਨੁ ਹਿਰਿ[੧] ਲਇਆ ਮਨਮੁਖ ਅੰਧਾ ਲੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੧੪

kaam krodhh mun hir[1] laeiaa munumukh a(n)dhhaa loe।

ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਮਨਮੁਖ (ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਵੱਲੋਂ ) ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੈ।ਕਾਮ ਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਠੱਗ[੧] ਲਿਆ ਹੈ।(ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ।)

In this world, the egocentric is blind. His mind is lured[1] away by lust and wrath.

### ੧੦.ਅੰਤਰਿ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰ ਹੈ ਅਨਦਿਨੁ ਜਲੈ ਸਦਾ ਦੁਖੁ ਪਾਇ॥(ਪੰਨਾ੧੪੧੫)

a(n) thar krodhh ahu(n) kaar hai anadhin julai sudhaa dhukhpaae।

ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਗੁੱਸੇ ਤੇ ਹੰਕਾਰ (ਦੀ ਅੱਗ) ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਸੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੁਖ ਪਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

Within him is (the fire of) wrath and ego, so he burns night & day and always suffers pain.

### ੧੧.ਪੰਡਿਤ ਬੇਦੁ ਬੀਚਾਰਿ ਪੰਡਿਤ॥ ਮਨ ਕਾ ਕ੍ਰੋਧੁ ਨਿਵਾਰਿ[੧] ਪੰਡਿਤ ॥੧॥ਰਹਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੮੮੭)

pu(n) ddith baedh beechaar pu(n) ddith। mun kaa krodhh nivaar[1]pu(n)ddith।

ਹੇ ਪੰਡਤ!ਤੂੰ ਵੇਦ (ਧਾਰਮਕ ਪੁਸਤਕ) ਨੂੰ ਸੋਚ ਸਮਝ ਅਤੇ ਅਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਗੁੱਸਾ ਦੂਰ ਕਰ[੧]।

O learned man, contemplate the Scriptures and eradicate[1] anger from your mind.

### ੧੨.ਭੰਉਕੈ ਕੋਪੁ[੧] ਖੁਆਰੁ ਹੋਇ ਫਕੜੁ[੨] ਪਿਟੇ ਅੰਧੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੮੮)

bhu(n)oukai kop[1] khuaar hoe fukurr[2] pittae a(n)dhh।

ਕ੍ਰੋਧੀ[੧] ਮਨੁੱਖ ਬਹੁਤ ਬੋਲਦਾ ਹੈ। (ਕ੍ਰੋਧ ਵਿੱਚ) ਅੰਨ੍ਹਾ (ਹੋਇਆ) ਬਦਜ਼ਬਾਨੀ [੨]ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਰਬਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

An angry[1] man barks and is ruined. The blind (angry man) indulges in foul language[2].

# ASCETIC-ਤਿਆਗੀ

੧.ਜੈ ਕਾਰਣਿ ਤਟਿ[੧] ਤੀਰਥ ਜਾਹੀ॥ ਰਤਨ ਪਦਾਰਥ ਘਟ[੨] ਹੀ ਮਾਹੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੫੨)

jai kaaran thatt[1] theeruthh jaahee। ruthun pudhaaruthh ghutt[2]heemaahee।

(ਹੇ ਮਨੁੱਖ!) ਜਿਸ ਕੀਮਤੀ ਰਤਨ (ਰੱਬ) ਲੱਭਣ ਲਈ ਤੂੰ ਤੀਰਥਾਂ ਦੇ ਕੰਢਿਆਂ[੧] ਤੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈਂ ਉਹ ਤੇਰੇ ਹਿਰਦੇ[੨] ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੈ।

(O man!) the invaluable jewel (God), in whose search you go to the banks[1] of the holy streams, lies in your heart[2].

੨.ਨਗਨ ਫਿਰਤ ਜੌ ਪਾਈਐ ਜੋਗੁ[੧]॥ ਬਨ ਕਾ ਮਿਰਗੁ ਮੁਕਤਿ ਸਭੁ ਹੋਗੁ॥(ਪੰਨਾ ੩੨੪)

nugun firuth ju paaeeai jog[1]।bun kaa mirug mukath subh hog।

ਜੇ ਨੰਗੇ ਫਿਰਨ ਨਾਲ ਰੱਬ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ[੧] ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੰਗਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਿਰਨ ਆਦਿ (ਜੋ ਨੰਗੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ)ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

If God can be attained by staying naked, all the deer of the forest (who wander naked) would be emancipated.

੩.ਆਸ ਨਿਰਾਸੀ[੧] ਤਉ ਸੰਨਿਆਸੀ॥(ਪੰਨਾ ੩੫੬) aas niraasee[1]tho su(n)niaasee।

ਜੋ ਬੰਦਾ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਰਖਦਾ[੧] ਹੈ ਉਹ ਅਸਲੀ ਸੰਨਿਆਸੀ ਹੈ।

He who controls[1] his desires become a true ascetic..

੪.ਅੰਤਰੁ ਮਲਿ ਨਿਰਮਲੁ ਨਹੀ ਕੀਨਾ ਬਾਹਰ ਭੇਖ[੧] ਉਦਾਸੀ॥
ਹਿਰਦੈ ਕਮਲੁ ਘਟਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਨ ਚੀਨ੍ਹਾ ਕਾਹੇ ਭਇਆ ਸੰਨਿਆਸੀ॥(ਪੰਨਾ ੫੨੫)

a(n)thur mal nirumul nehee keenaa baahar bhaek[1] oudhaasee ।
hirudhai kumul ghatt brehum n cheenhaakaahaebhaeiasu(n)niaasee।

ਜੇ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਮੈਲ (ਬੁਰੇ ਖਿਆਲ) ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂ ਸਾਫ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਭਾਵੇਂ ਤੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਉਪਰਾਮ ਸਾਧੂਆਂ ਵਾਲਾ ਭੇਸ[੧] ਧਾਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਰੂਪੀ ਕੰਵਲ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਵੇਖਿਆ ਤਾਂ ਤੂੰ ਕਾਹਦੇ ਲਈ ਸੰਨਿਆਸੀ ਬਣਿਆ ਹੈਂ?

If you have not cleansed your heart from filth, but outwardly you wear the garb[1] of an ascetic, and if in your heart lotus, you have not recognized the Lord, then what for have you become an ascetic?

੫.ਭੇਖੀ[੧] ਅਗਨ ਨ ਬੁਝਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਮਨ ਮਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੫੮੮)

bhaekhee[1] agan n bujhee chi(n)thaa haimunmaahi।

ਝੂਠਾ (ਦਿਖਾਵੇ ਦਾ) ਲਿਬਾਸ[੧] ਪਾਣ ਨਾਲ (ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ) ਅੱਗ ਨਹੀਂ ਬੁਝਦੀ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਫ਼ਿਕਰ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

By wearing a deceptive dress[1] (of a mendicant) fire (of desires) is not quenched and anxiety remains within.

੬.ਘਟ ਹੀ ਮਾਹਿ ਨਿਰੰਜਨ[੧] ਤੇਰੈ ਤੈ ਖੋਜਤ ਉਦਿਆਨਾ[੨]॥ (ਪੰਨਾ ੬੩੨)

ghutt hee maahi niru(n)jun[1] thaerai thai khojuth oudhiaanaa[2]।

ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੧] ਤੇਰੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੂੰ ਉਸ ਨੂੰ ਬੀਆਬਾਨ[੨] ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਲੱਭਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈਂ।

The immaculate Lord[1] is within your mind, but you search for Him outside the wilderness[2].

੭.ਕਾਹੇ ਰੇ ਬਨ ਖੋਜਨ ਜਾਈ॥ ਸਰਬ ਨਿਵਾਸੀ੧ ਸਦਾ ਅਲੇਪਾ੨ ਤੋਹੀ ਸੰਗਿ ਸਮਾਈ॥ (ਪੰਨਾ ੬੮੪)

kaaha rae bun khojun jaaee] I surub nivaasee[1] sudhaa alaepaa[2] thohee su(n)g sumaaee 1 ਹੇ ਜੀਵ! ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿੱਚ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚ ਕਿਉਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਭ ਵਿਚ ਵਸਦਾ੧ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ (ਮਾਇਆ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ) ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੁਤੰਤਰ੨ ਹੈ। ਉਹ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਸਦਾ ਹੈ।

O man! Why do you go in search of God in the forest? He is Omnipresent[1], but ever detached[2] and dwells within you.

੮.ਜੋਗੁ ਨ ਖਿੰਥਾ੧ ਜੋਗੁ ਨ ਡੰਡੈ ਜੋਗੁ ਨ ਭਸਮ ਚੜਾਈਐ॥
ਜੋਗੁ ਨ ਮੁੰਦੀ ਮੂੰਡਿ੨ ਮੁਡਾਇਐ ਜੋਗੁ ਨ ਸਿੰਙੀ ਵਾਈਐ॥
ਅੰਜਨ੩ ਮਾਹਿ ਨਿਰੰਜਨਿ ਰਹੀਐ ਜੋਗੁ ਜੁਗਤਿ ਇਵ ਪਾਈਐ॥(ਪੰਨਾ ੭੩੦)

iog n khi(n) thhaa[1] jog n bhusum churraaeeai I
jog n mu(n) dhee moo(n)dd[2] muddaaeiai jog n si(n)n(g)ee vaaeeai I
a(n)jun[3] maahi niru(n)jan reheeai jog jugath eiv paaeeai I

ਗੋਦੜੀ੧ ਪਹਿਨ ਲੈਣਾ, ਡੰਡਾ ਹੱਥ ਵਿਚ ਲੈਣਾ, ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਸੁਆਹ ਮਲ ਲੈਣਾ, ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁੰਦਰਾਂ ਪਾਣਾ, ਸਿਰ੨ ਮੁਨਾ ਲੈਣਾ ਤੇ ਸਿੰਗੀ ਵਜਾਉਣਾ (ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ) ਨਾਲ ਵੀ ਰੱਬ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਕਾਲਖ੩ (ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ )ਵਿਚ ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਹੀ ਰੱਬ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

Yoga is neither in wearing a patched coat[1], nor in keeping the staff, nor in smearing oneself with ashes, nor in wearing the ear-rings, nor in close cropping the head[2], nor in blowing the horn. If one remains detached in the midst of attachment[3](in this world), one attains the (true) state of yoga (meeting God).

੯.ਗਲੀ ਜੋਗੁ ਨ ਹੋਈ॥ ਏਕ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਕਰਿ ਸਮਸਰਿ੧ ਜਾਣੈ ਜੋਗੀ ਕਹੀਐ ਸੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੭੩੦)

gulee jog n hoee I eaek dhrisatt kar sumusar1 jaanai jogee keheeai soee I

ਨਿਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੋਗ(ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਾਪ) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਜੋਗੀ ਅਖਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਰਿਆਂ (ਜੀਵਾਂ) ਨੂੰ ਇਕੋ ਜਿਹੀ ਨਿਗਾਹ੧ਨਾਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇੱਕ ਸਮਾਨ ਕਰ ਕੇ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।

One does not become a Yogi by mere talk. If someone looks all with the same eye[1] and treats them equal, he is the true Yogi.

੧੦.ਗ੍ਰਿਹੁ੧ ਤਜਿ ਬਨ ਖੰਡ ਜਾਈਐ ਚੁਨਿ ਖਾਈਐ ਕੰਦਾ॥
ਅਜਹੁ ਬਿਕਾਰ ਨ ਛੋਡਈ ਪਾਪੀ ਮਨੁ ਮੰਦਾ॥(ਪੰਨਾ ੮੮੫)

grihu[1] thaj bun khu(n)dd jaaeeai chun khaaeeai ku(n)dhaa I
ajuhu bikaar n shhoddee paapeemunmu(n)dhaa I

ਜੇ ਘਰਬਾਰ੧ ਛੱਡ ਕੇ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚ ਚਲੇ ਜਾਈਏ ਤੇ ਕੰਦ ਮੂਲ(ਦਰਖਤਾਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ) ਖਾ ਕੇ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਪਾਪੀ ਦੁਸ਼ਟ ਮਨ ਕੁਕਰਮ ਨਹੀਂ ਤਿਆਗਦਾ।

One may abandon home[1], repair to the forests and eat nothing but roots, still one's sinful and evil mind does not forsake misdeeds.

੧੧.ਏਹੁ ਜੋਗੁ ਨ ਹੋਵੈ ਜੋਗੀ ਜਿ ਕੁਟੰਬੁ ਛੋਡਿ ਪਰਭਵਣ੧ ਕਰਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੯੦੯)

eaehu jog na hovai jogee j kuttu(n)b shhodd purubhuvun kurehi I

ਹੇ ਯੋਗੀ !ਜੇਕਰ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਾਹਰ ਭੌਂਦਾ[1] ਫਿਰੇਂ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਜੋਗ ਨਹੀਂ ਆਖੀਦਾ।

Yoga does not consist in abandoning one's household and roaming[1] in the world.

## ੧੨.ਭੇਖੀ ਪ੍ਰਭੂ ਨ ਲਭਈ ਵਿਣੁ ਸਚੀ ਸਿਖੰ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੯੯)

bhaekhee prubhoo n lubhee vin suchee sikhu(n।

ਸੱਚੀ ਸਿੱਖ ਮਤ ਦੇ ਬਾਝੋਂ (ਕੇਵਲ) ਧਾਰਮਕ ਲਿਬਾਸ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

One can't attain God by wearing religious garb if one is not instructed in truth.

## ੧੩.ਭੇਖ ਕਰੈ ਬਹੁਤੁ ਚਿਤੁ ਡੋਲੈ ਅੰਤਰਿ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੩੨)

bhaek kurai buhuth chith ddolai a(n)thar kaakrodhh ahu(n)kaar।

ਮਨੁੱਖ ਕਈ ਧਾਰਮਕ ਲਿਬਾਸ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਮਨ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ) ਡੋਲਦਾ ਰਿਹੰਦਾ ਹੈ।ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਾਮ, ਗੁੱਸਾ ਤੇ ਹੰਕਾਰ ਹੈ।

The mortal wears religious garbs, but his mind greatly troubles because within him are lust, wrath and ego.

## ੧੪.ਚਕ੍ਰ ਬਣਾਇ ਕਰੈ ਪਾਖੰਡ॥ ਝੂਰਿ ਝੂਰਿ ਪਚੈ ਜੈਸੇ ਤ੍ਰਿਅ ਰੰਡ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੫੧)

chukr bunaae kurai paakhu(n)dd।  jhur jhur puchai1 jaisae thria ru(n)dd।

ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ (ਅਪਣੇ ਸਰੀਰ ਤੇ) ਧਾਰਮਿਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਬਣਾ ਕੇ (ਧਾਰਮਿਕ ਹੋਣ ਦਾ) ਵਿਖਾਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਵਿਧਵਾ ਇਸਤ੍ਰੀ ਵਾਂਗ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੜਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

The man, who by making religious marks on his body practices hypocrisy, is wasted away and repents like a widowed woman.

## ੧੫.ਫਰੀਦਾ ਜੰਗਲੁ ਜੰਗਲੁ ਕਿਆ ਭਵਹਿ ਵਣਿ ਕੰਡਾ ਮੋੜੇਹਿ॥
## ਵਸੀ ਰਬੁ ਹਿਆਲੀਐ[1] ਜੰਗਲੁ ਕਿਆ ਢੂਢੇਹਿ॥ (ਪੰਨਾ ੧੩੭੮)

fureedhaa ju(n)gul ju(n)gul kiaa bhuvehi van ku(n)ddaa morraehi।

vusee rub hiaaleeai[1] ju(n)gul kiaa dtootaeh।

ਹੇ ਫਰੀਦ! ਜੰਗਲਾਂ ਨੂੰ ਗਾਹਣ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ਹੈ?ਤੂੰ ਦਰਖਤਾਂ ਦੇ ਕੰਡੇ ਤੋੜਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈਂ, ਪਰ ਰੱਬ ਤਾਂ ਤੇਰੇ ਹਿਰਦੇ[1] ਵਿਚ ਵਸਦਾ ਹੈ, ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚ ਭਾਲਣ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।

Farid says-“Why wander through the woods crushing weeds and thorns(under your feet)? The Lord abides within your heart.[1] Why do you seek Him in the forest?”

## ੧੬.ਜੋਗੁ ਨ ਭਗਵੀ ਕਪੜੀ ਜੋਗੁ ਨ ਮੈਲੇ ਵੇਸਿ॥
## ਨਾਨਕ ਘਰਿ ਬੈਠਿਆ ਜੋਗੁ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰ ਕੈ ਉਪਦੇਸਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੨੧)

jog n bhuguvee kupurree jog n mailae vaes।

naanuk ghar bait(h)iaa jog paaeeai sathigur kaioupudhaes।

(ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਤਿਆਗ ਕੇ) ਗੇਰੂ ਰੰਗੇ ਕੱਪੜੇ ਤੇ ਗੰਦੀ ਪੁਸ਼ਾਕ ਪਾਣ ਨਾਲ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ) ਮਿਲਾਪ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ।ਹੇ ਨਾਨਕ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਹੀ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ) ਮਿਲਾਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Union with the Lord is obtained not through ocher-robes nor by wearing dirty dress. Guru Nanak says- “Union with the Lord is obtained by following the True Guru's instructions, even while sitting in one's home.”

## ੧੭.ਹਰਿ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਰਵਿ[1] ਰਹਿਆ ਘਰ ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸ॥(ਪੰਨਾ ੨੬)

har saethee mun rav[1] rehiaa ghur hee maahi
oudhaas। (ਗੁਰਮੁਖ) ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਹੁੰਦਿਆ ਹੋਇਆਂ ਵੀ (ਮਾਇਆ ਵਲੋਂ) ਉਪਰਾਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਇਕਮਿਕ[੧] ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

(The Guru-Ward) is mentally detached from the world and his soul remains merged[1] in God.

## ੧੮.ਹੋਇ ਉਦਾਸੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਤਜਿ ਚਲਿਓ ਛੁਟਕੈ ਨਾਹੀ ਨਾਠਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੦੩)

hoe oudhaasee grihu thaj chaliou shhuttukai naahe naat(h)aa।

ਤਿਆਗੀ ਪੁਰਸ਼ ਦੁਨੀਆ ਵਲੋਂ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਕੇ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਛੱਡ ਕੇ ਤੁਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਸਣ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

One becomes ascetic and renounces the world, but is not saved by such a flight (as his mind is still attached to the worldly goods).

## ੧੯.ਵਿਚੇ ਗ੍ਰਿਹ ਸਦਾ ਰਹੈ ਉਦਾਸੀ ਜਿਉ ਕਮਲੁ ਰਹੈ ਵਿਚਿ ਪਾਣੀ ਹੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੭੦)

vichae grih sudhaa rehai oudhaasee jio kumul rehai vich paanee hae।

(ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਭਗਤ) ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚ ਵੀ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਸਦਾ ਉਪਰਾਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕੰਵਲ ਦਾ ਫੁੱਲ ਪਾਣੀ ਵਿਚ (ਪਾਣੀ ਤੋਂ) ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

He (God-oriented person) remains in his household unattached, like the lotus flower in the water.

## ੨੦.ਬਨਹਿ ਬਸੇ ਕਿਉ ਪਾਈਐ ਜਉ ਲਉ ਮਨਹੁ ਨ ਤਜਹਿ ਬਿਕਾਰ॥
## ਜਿਹ ਘਰੁ ਬਨੁ ਸਮਸਰਿ ਕੀਆ ਤੇ ਪੂਰੇ ਸੰਸਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੩)

banehi basae kio paaeeai jo lo manahu n thajehi bikaar |
jih ghar ban samasar keeaa thae poorae sansaar |

ਜਦ ਤਕ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਬੁਰਾਈ ਨੂੰ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਰਹਿਆਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਅੰਦਰ ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਪੂਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਘਰ ਤੇ ਜੰਗਲ ਨੂੰ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਜਾਣਿਆ ਹੈ।(ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚ ਵੀ ਤਿਆਗੀ ਹਨ।)

Living in the forest, how will you find Him? You cannot find Him until you remove evil thoughts from your mind. Those who consider home and forest alike, are the perfect people in the world.

## ੨੧.ਬਾਹਰੁ ਖੋਜਿ ਮੁਏ ਸਭਿ ਸਾਕਤ[੧] ਹਰਿ ਗੁਰਮਤੀ ਘਰਿ ਪਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੯੧)

baahur khoj mueae sabh saakuth[1] har gurumuthee gharpaaeiaa।

ਮਾਇਆ ਦੇ ਪੁਜਾਰੀ[੧] ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ) ਭਾਲ ਭਾਲ ਕੇ (ਆਤਮਕ) ਮੌਤ ਮਰ ਗਏ, ਪਰ ਮੈਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹੀ ਲਭ ਲਿਆ ਹੈ।

All the worshipers of Maya[1] searched (God) outside and died, but following the Guru's teachings, I have found the Lord within my own heart.

## ੨੨.ਸੋ ਗਿਰਹ ਦਾਸੁ ਉਦਾਸੀ[੧] ਜਿਨਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਆਪੁ ਪਛਾਨਿਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੩੨)

so girehee so dhaas oudhaasee[1] jin gurumukh aap pshhaaniaa। ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਪੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲਿਆ ਹੈ, ਉਹੀ ਅਸਲੀ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸੇਵਕ ਤੇ ਤਿਆਗੀ[੧] ਹੈ। He alone is a true householder and he is the Lord's slave or an ascetic[1] who has understood the reality of his self by the Guru's grace.

# BEGGARY----- ਭਿੱਖ ਮੰਗਣਾ

੧.ਜੇ ਘਰਿ ਘਰਿ ਹੰਢੈ ਮੰਗਦਾ ਧਿਗੁ[੧] ਜੀਵਣੁ ਧਿਗੁ ਵੇਸੁ॥(ਪੰਨਾ ੫੦੦)

jae ghar ghar hu(n)dtai mu(n)gudhaa dhhig[1]jeevudhhivae।

ਉਹ (ਸਾਧੂ ਫਕੀਰ) ਜੋ ਘਰ ਘਰ ਮੰਗਦਾ ਫਿਰੇ ਉਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਫਕੀਰੀ ਬਾਣੇ (ਲਿਬਾਸ) ਨੂੰ ਲਾਹਨਤ[੧] ਹੈ।

Cursed[1] be his life and his robes who goes about begging from door to door.

੨.ਮਨਹਠਿ[੧] ਜਿਸ ਤੇ ਮੰਗਣਾ ਲੈਣਾ ਦੁਖੁ ਮਨਾਇ॥
ਇਸ ਭੇਖੈ ਥਾਵਹੁ ਗਿਰਹੋ[੨] ਭਲਾ ਜਿਥਹੁ ਕੋ ਵਰਸਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੫੮੭)

munehat(h)[1] jis thae mu(n)gunaa lainaa dhukh munaae ।

eis bhaekhai thhaavuhu gireho2 bhulaa jithhuhu ko vurusaae।

ਉਹ ਮਨ ਦੇ ਹੱਠ ਆਸਰੇ [੧](ਬੇਸ਼ਰਮ ਹੋ ਕੇ) ਮੰਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੈ ਕੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਵੀ ਦੁਖੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਿਖਾਵੇ ਦਾ ਲਿਬਾਸ ਪਾ ਕੇ (ਮੰਗਣ ਨਾਲੋਂ) ਘਰ ਬਾਰੀ[੨] ਹੋਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

It is better to be a householder[2] who shares with others than the one who wears the robes and forces[1] oneself to beg from others and causes pain to the giver.

੩.ਘਰਿ ਘਰਿ ਮਾਗਤ ਲਾਜ ਨ ਲਾਗੈ॥੧॥ਰਹਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੯੦੩)ghar ghar maaguth laajnlaagai।

(ਹੇ ਯੋਗੀ!) ਤੈਨੂੰ ਦਰ ਦਰ ਮੰਗਦਿਆਂ ਸ਼ਰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ?

Is it not a shame that you (Yogi) should beg from door to door?

੪.ਅਭਿਆਗਤ[੧] ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਨਿ ਜਿ ਪਰ ਘਰਿ ਭੋਜਨੁ ਕਰੇਨਿ॥
ਉਦਰੈ[੨] ਕਾਰਣਿ ਆਪਣੇ ਬਹਲੇ ਭੇਖ ਕਰੇਨਿ॥(ਪੰਨਾ ੯੪੯)

abhiaaguth[1] eaehi aakheean j pur ghar bhojun kuraen ।

oudhurai[2] kaaran aapunae behulae bhaekh kuraen।

ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਰੋਟੀ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਪਣਾ ਪੇਟ[੨] ਭਰਨ ਦੀ ਖਾਤਰ ਬਹੁਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਬਾਣੇ ਪਹਿਨਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਗੀ ਸਾਧੂ[੧] ਨਹੀਂ ਆਖੀਦਾ ।

He who feeds himself upon another person's alms and assumes different religious garbs to fill his belly, is not a holy renouncer[1].

੫.ਘਰਿ ਘਰਿ ਮਾਗੈ ਜਗੁ ਪਰਬੋਧੈ[੧] ਮਨਿ ਅੰਧੈ ਪਤਿ ਹਾਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੨)

ghar ghar maagai jug purubodhhai[1] man a(n)dhhai path haaree। (ਮਨਮੁਖ) ਦਰ ਦਰ ਮੰਗਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਮਨ (ਮੋਹ ਵਿੱਚ) ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਇੱਜ਼ਤ ਗਵਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

He who begs from door to door, but instructs[1] others in wisdom, is blind of mind and loses his honor.

੬.ਜੋਗੀ ਹੋਵਾ ਜਗਿ ਭਵਾ ਘਰਿ ਭੀਖਿਆ ਲੇਉ॥
ਦਰਗਹ ਲੇਖਾ ਮੰਗੀਐ ਕਿਸੁ ਕਿਸੁ ਉਤਰੁ ਦੇਉ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੮੯)

jogee hovaa jag bhuvaa ghar ghar bheekhiaa laeo।

dhurugeh laekhaa mu(n)geeai kis kis outhur dhaeo।

ਜੇ ਮੈਂ ਜੋਗੀ ਬਣ ਜਾਵਾਂ, ਜਗਤ ਵਿਚ ਭੌਂਦਾ ਫਿਰਾਂ ਤੇ ਘਰ ਘਰ ਤੋਂ ਖੈਰਾਤ ਲੈਂਦਾ ਰਹਾਂ, ਤਾਂ ਜਦ ਮੇਰੇ ਕੋਲੋਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਹਿਸਾਬ ਮੰਗਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਜਵਾਬ ਦੇਵਾਂਗਾ?

If I be Yogi and wander throughout the world begging from door to door, when the Lord calls me to account in His court, how shall I answer Him?

੭.ਮਾਣੂਆ[1] ਮੰਗਿ ਮੰਗਿ ਪੈਨ੍ਹੈ ਖਾਇ॥ਅੰਧੀ ਕੰਮੀ ਅੰਧ ਸਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੧)

maanooaa[1] mu(n)g mu(n)gpainhaikhaaea(n)dhheeku(n)meea(n)dhh sujaae ।

(ਮੂਰਤੀਆਂ ਪੂਜਣ ਵਾਲਾ) ਮਨੁੱਖਾਂ[1] ਤੋਂ ਮੰਗ ਮੰਗ ਕੇ ਪਹਿਨਦਾ ਤੇ ਖਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਕਾਲੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਉਸ ਨੂੰ ਅਣਦੇਖੀ ਭਾਲੀ ਸਜ਼ਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

(Idol worshiper) begs from men[1] for eating and wearing. For his dark deeds, he shall receive unforeseen punishment.

੮.ਗੁਰੁ ਪੀਰੁ ਸਦਾਏ ਮੰਗਣ ਜਾਏ॥ਤਾ ਕੈ ਮੂਲਿ ਨ ਲਗੀਐ ਪਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੫)

gur peer sudhaaeae mu(n)gun jaae । thaa kai mool nlugeeai paae ।

ਅਜੇਹੇ ਬੰਦੇ ਦੇ ਪੈਰੀ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਪੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰੂਹਾਨੀ ਆਗੂ ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮੰਗਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

Never touch the feet of such a man who calls himself a Guru and a spiritual guide, but goes begging.

੯.ਕਾਨ ਫਿਰਾਇ ਹਿਰਾਏ[1] ਟੂਕਾ॥ ਘਰਿ ਘਰਿ ਮਾਂਗੈ ਤ੍ਰਿਪਤਾਵਨ[2] ਤੇ ਚੂਕਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੪੮)

kaan furaae hiraaeae[1] ttookaa । ghar ghar maa(n)gai thriputhaavun[2]thae chooka ।

(ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ) ਕੰਨ ਪੜਵਾ ਕੇ (ਜੋਗੀ ਬਣ ਕੇ) ਘਰ ਘਰ ਹੋਰਨਾਂ ਤੋਂ ਟੁੱਕਰ (ਰੋਟੀਆਂ) ਮੰਗਦਾ[1] ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਤ੍ਰਿਪਤ[2] ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

One who gets his ears torn(becomes a Yogi) and begs[1] crumbs from door to door, does not attain (mental) satisfaction[2].

੧੦.ਲੋਕੁ ਧਿਕਾਰੁ ਕਹੈ ਮੰਗਤ ਜਨ ਮਾਗਤ ਮਾਨੁ ਨ ਪਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੮੭੮)

lok dhhikaar kehai mu(n)guth jun maaguth maan npaaeiaa ।

ਲੋਕ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ) ਮੰਗਤੇ ਨੂੰ ਫਿਟਕਾਰ ਹੀ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮੰਗਦਿਆਂ ਇੱਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

People curse the beggar. By begging, he does not receive respect.

੧੧.ਛਾਦਨੁ[1] ਭੋਜਨੁ ਮਾਗਤੁ ਭਾਗੈ ॥ ਖੁਧਿਆ[2] ਦੁਸਟ ਜਲੈ ਦੁਖੁ ਆਗੈ॥(ਪੰਨਾ ੮੭੯)

shaadhan[1] bhojan maagath bhaagai | khudhhiaa[2] dhusutt julai dhukh aagai|

ਜਿਹੜਾ (ਜੋਗੀ) ਅੰਨ ਤੇ ਕਪੜੇ [1] ਮੰਗਦਾ ਹੋਇਆ ਭਜਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਭੈੜੀ[2] ਭੁੱਖ ਦੀ ਪੀੜ ਨਾਲ ਸੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਵੀ ਦੁਖ ਪਾਂਦਾ ਹੈ।

He (the Yogi) who runs around, begging for clothes[1] and food,burns with the pain of evil hunger[2] and suffers hereafter.

੧੨.ਮਾਗਹਿ ਟੂਕਾ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਪਾਵੈ॥ ਨਾਥੁ ਛੋਡਿ ਜਾਚਹਿ[1] ਲਾਜ ਨ ਆਵੈ॥(ਪੰਨਾ ੮੮੬)

maagehi ttookaa thripath n paavai |naath shhodd jaachehi[1] laaj n aavai|

(ਹੇ ਜੋਗੀ !)ਤੂੰ ਘਰ ਘਰ ਤੋਂ ਟੁੱਕਰਾ ਮੰਗਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਸੁਆਮੀ ਨੂੰ ਛੋੜ ਕੇ ਹੋਰਾਂ ਤੋਂ ਮੰਗਦਿਆ[1] ਤੈਨੂੰ ਸ਼ਰਮ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੀ?

(O Yogi!) You beg for bread, but you are not satisfied. Abandoning your Lord, you beg[1] from others; you should feel ashamed.

੧੩.ਨਿਰੰਕਾਰਿ ਜੋ ਰਹੈ ਸਮਾਇ॥ਕਾਹੇ ਭੀਖਿਆ ਮੰਗਨਿ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੫੩)

niru(n)kaar jo rehai sumaae| kaahae bheekhiaa mu(n)gan jaae |
ਜੋ ਸਰੂਪ ਰਹਿਤ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਕਿਉਂ ਕਿਤੇ ਭੀਖ ਮੰਗਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?(ਉਸ ਨੂੰ ਮੰਗਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ)Why should he who remains absorbed in the Formless Lord, go out begging?

# BENEVOLENCE-ਪਰਉਪਕਾਰ

੧.ਅਉਗਣ ਸਭਿ ਮਿਟਾਇ ਕੈ ਪਰਉਪਕਾਰ[੧] ਕਰੇਇ॥(ਪੰਨਾ ੨੧੮)
aougun sabh mittaae kai puroupukaar[1]kuraee।
(ਮੇਰਾ ਗੁਰੂ) ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਵਿਕਾਰ (ਬੁਰਿਆਈਆਂ) ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਮੇਰਾ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਭਲਾ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ।
(My Guru) washes off all my demerits, and is generous[1] to me.

੨.ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਪਰਉਪਕਾਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੨੬੩) prubh ko simurehi saeporoupukaaree।
ਜੋ ਜੀਵ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਹਨ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਭਲਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Those who remember God, generously help others.

੩, ਮਿਥਿਆ[੧] ਤਨ ਨਹੀ ਪਰਉਪਕਾਰਾ॥(ਪੰਨਾ ੨੬੯)mithhiaa[1] thun nehee puroupukaaraa |
ਉਹ ਸਰੀਰ ਜੋ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਭਲਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਵਿਅਰਥ[੧] (ਝੂਠਾ) ਹੈ।
False[1] is the body which does not do good to others.

੪.ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਉਮਾਹਾ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੨੭੩)
breham giaanee paroupakaar oumaahaa[1] |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਕਰਨ ਵਿਚ ਖ਼ੁਸ਼ੀ[੧] ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
The Lord's realizer delights[1] in doing good to others.

੫.ਪਰਉਪਕਾਰੁ ਨਿਤ ਚਿਤਵਤੇ ਨਾਹੀ ਕਛੁ ਪੋਚ[੧]॥(ਪੰਨਾ
puroupukaar nith chithuvuthae naahee kushh poch[1]|
(ਨੇਕ ਬੰਦੇ) ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਨਾ ਸੋਚਦੇ ਹਨ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਦਿਖਾਵਾ[੧] ਨਹੀਂ ਹੈ।
(Good persons) always think of doing good to others. They don't show[1] off.

# CASTE-ਜਾਤ ਪਾਤ

### ੧.ਸਭ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਹੈ ਸੋਇ॥ ਤਿਸ ਦੇ ਚਾਨਣਿ ਸਭ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੩)

subh meh joth joth hai soe |
this dhai chaanan subh mehi chaanun hoe |
ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਵਿਚ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਦੀ ਜੋਤੀ (ਨੂਰ) ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੈ।ਉਸ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਵਿਚ ਰੋਸ਼ਨੀ (ਸੂਝ ਬੂਝ)ਹੈ।

The same light (of God) pervades all. It is His light that lights all the hearts.

### ੨.ਜਿਥੈ ਨੀਚ ਸਮਾਲੀਅਨਿ ਤਿਥੈ ਨਦਰਿ[੧] ਤੇਰੀ ਬਖਸੀਸ॥(ਪੰਨਾ ੧੫)

jithhai neech sumaaleean thithhai nudhar[1] thaeree bukhusees |
ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਤੇਰੀ ਮਿਹਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ[੧] ਉੱਥੇ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਸਾਰ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

O God! Your Grace[1] rains where the lowly are cared for.

### ੩.ਫਕੜ[੧] ਜਾਤੀ ਫਕੜੁ ਨਾਉ॥ ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਇਕਾ ਛਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੮੩)

fukurr[1] jaathee fukurr naao| subhunaa jeeaa eikaa shhaao|
(ਉੱਚੀ) ਜਾਤ ਤੇ ਨਾਮ (ਵਡੱਪਣ) ਦਾ ਹੰਕਾਰ ਵਿਅਰਥ[੧] ਹੈ। ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੀ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

Vain[1] is (the pride of) caste and glory. The Lord alone gives shade (support) to all.

### ੪.ਜਾਤੀ ਦੈ ਕਿਆ ਹਥਿ ਸਚੁ ਪਰਖੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੨)

jaathee dhai kiaa hathh such purukheeai|
ਜਾਤ ਦੇ ਵਸ ਵਿਚ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਸ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਪਾਸ ਸਚਾਈ ਪਰਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Caste does not merit. (In the Lord's court) righteousness is tested.

### ੫.ਗਰਭ ਵਾਸ ਮਹਿ ਕੁਲੁ ਨਹੀ ਜਾਤੀ॥ਬ੍ਰਹਮ ਬਿੰਦੁ[੧] ਤੇ ਸਭ ਉਤਪਾਤੀ॥ **(ਪੰਨਾ ੩੨੪)**

gurubh vaas mehi kul nehee jaathee|brehum bi(n)dh[1] thae subh outhupaathee|
ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਕੋਈ ਜ਼ਾਤ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ। ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਬੀਜ[੧] ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ।(ਮੂਲ ਰੱਬ ਹੀ ਹੈ।)

In the womb of the mother, no one knows one's caste. It is from Lord's seed [1]that everybody comes into being.

### ੬.ਕਹੁ ਰੇ ਪੰਡਿਤ ਬਾਮਨ ਕਬ ਕੇ ਹੋਇ॥ਬਾਮਨ ਕਹਿ ਕਹਿ ਜਨਮੁ ਮਤ ਖੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੩੨੪)

kuhu rae pu(n)ddith baamun kub kae hoeae| baamun kehi kehi janum muth khoeae|
ਹੇ ਪੰਡਿਤ! ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਦੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਬਣ ਗਏ ਹੋ? ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬ੍ਰਾਹਮਣ (ਉੱਚੀ ਜਾਤ) ਕਹਿ ਕੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਣ ਬਰਬਾਦ ਨਾ ਕਰ।

O Pandit! Since when you have become Brahmin? Don't lose the merit of your human birth by calling yourself a high cast

### ੭.ਜੌ ਤੂੰ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਬ੍ਰਾਹਮਣੀ ਜਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੩੨੪)ਤਉ ਆਨ ਬਾਟ[੧] ਕਾਹੇ ਨਹੀ ਆਇਆ॥

ju thoo(n) braahumunee brehumunee jaaeiaa| tho aan baatt[1] kaahae nehee aaeiaa|
(ਹੇ ਪੰਡਿਤ!) ਜੇ ਤੂੰ ਬ੍ਰਾਹਮਣੀ ਦੇ ਪੇਟੋਂ ਜੰਮਿਆ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰਾਹ[੧] ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਜੰਮਿਆ?

(O Pandit!) if you are Brahmin born of a Brahmin mother, why did you not choose to be born by a different way[1?]

੮.ਤੁਮ ਕਤ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਹਮ ਕਤ ਸੂਦ॥ ਹਮ ਕਤ ਲੋਹੂ ਤੁਮ ਕਤ ਦੂਧ॥ (ਪੰਨਾ੩੨੪)

thum kuth braahumun hum kuth soodh| hum kuth lohoo thum kuth dhoodhh|

(ਹੇ ਪੰਡਿਤ!) ਤੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਹੈਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਸ਼ੂਦਰ ਹਾਂ?ਜੇ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਲਹੂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੇਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵੀ ਲਹੂ ਹੀ ਹੈ, ਦੁੱਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

(O Brahman!) how are you a Brahman and I a Shudra? You don't have milk in your veins as against blood in mine.

੯.ਜਾਣਹੁ ਜੋਤਿ ਨ ਪੂਛਹੁ ਜਾਤੀ ਆਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਹੇ॥(ਪੰਨਾ ੩੪੯)

jaanuhu joth n pooshhuhu jaathee aagai jaath n hae|

(ਜੀਵਾਂ ਅੰਦਰ) ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨੂੰ ਵੇਖ ਤੇ ਜ਼ਾਤ ਵਰਨ ਬਾਰੇ ਨਾ ਪੁੱਛ ਕਿਉਂਕਿ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਜ਼ਾਤ ਵਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ।

Recognize the Lord's light (within) and don't inquire about the caste as there is no caste in the next world.

੧੦.ਹਿੰਦੂ ਤੁਰਕ ਦੁਹੂੰ ਮਹਿ ਏਕੈ ਕਹੈ ਕਬੀਰ ਪੁਕਾਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੪੮੩)

hi(n)dhoo thuruk dhuhoo(n) mehi eaekai kehai kubeer pukaaree |

ਕਬੀਰ ਕੂਕ ਕੇ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਿੰਦੂ ਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨ ਦੋਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਹੀ ਰੱਬ ਹੈ।

Kabir proclaims loudly that the same Lord is within both the Hindus and the Muslims.

੧੧.ਜਾਤਿ ਕਾ ਗਰਬੁ[੧] ਨ ਕਰੀਅਹੁ ਕੋਈ॥ ਬ੍ਰਹਮੁ ਬਿੰਦੇ ਸੋ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੭)

jaath kaa gurub[1] n kureeahu koee|brehum bi(n)dhae so braahumun hoee|

ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ (ਉੱਚੀ) ਜਾਤ ਦਾ ਹੰਕਾਰ[੧] ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।

None should be proud[1] of his (high) caste. He alone is the Brahman (high caste) who knows the Lord.

੧੨.ਜਾਤਿ ਕਾ ਗਰਬੁ ਨ ਕਰਿ ਮੂਰਖ ਗਵਾਰਾ॥ਇਸੁ ਗਰਬ ਤੇ ਚਲਹਿ ਬਹੁਤੁ ਵਿਕਾਰਾ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੭)

jaath kaa gurub n kar moorukh guvaaraa| eis gurub thae chulehi buhuth vikaaraa[1]|

ਹੇ ਮੂਰਖ ਤੇ ਮੂੜ੍ਹ! ਤੂੰ ਉੱਚੀ ਜਾਤ ਦਾ ਮਾਣ ਨਾ ਕਰ। ਇਸ ਮਾਣ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਬੁਰਿਆਈਆਂ[੧] ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

O unwise and fool! Don't be proud of your (high)caste for many errors[1] (sins) flow out of this pride.

੧੩.ਚਾਰੇ ਵਰਨ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਈ॥ਬ੍ਰਹਮੁ ਬਿੰਦ ਤੇ ਸਭ ਓਪਤਿ[੧] ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੮)

chaare vurun aakhai subh koee| brehum bi(n)dh thae subh oupath[1] hoee|

ਹਰ ਕੋਈ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਚਾਰ ਜਾਤਾਂ ਹਨ, ਪਰ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਬੀਜ ਤੋਂ ਹੀ ਉਤਪੰਨ[੧] ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

Everyone says that there are four castes, but they all proceed[1] from the Lord's seed.

੧੪.ਵਿਚਿ ਸਨਾਤੀ[੧] ਸੇਵਕੁ ਹੋਇ ॥ ਨਾਨਕ ਪਣ੍ਹੀਆ[੨] ਪਹਿਰੈ ਸੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੫੬)

vich sunaa(n)thee[1] saevuk hoe| naanuk punheeaa[2] pehirai soe|

ਜੇਕਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸੇਵਕ ਨੀਵੀਂ[੧] ਜਾਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਗੁਰੁ ਨਾਨਕ ਆਪਣੀ ਖੱਲ ਦੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਜੁੱਤੀ[੨] ਪਹਿਨਾਉਂਦਾ ਹੈ।

Guru nanak says-"One out of lower caste[1] who serves God may wear shoes[2] made from my skin."

੧੫.ਸਾ ਜਾਤਿ ਸਾ ਪਤਿ ਹੈ ਜੇਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੩੦)

saa jaath saa path hai jaehae kurum kumaae|
ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਬੰਦੇ ਦਾ ਵਰਨ ਅਤੇ ਉਹੀ ਉਸ ਦੀ ਸੋਭਾ ਹੈ ਜਿਹੋ ਜਿਹੇ ਕਿ ਅਮਲ ਉਹ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ।

That alone is a man's caste and that is his glory, as are the deeds done by him.

੧੬.ਅਵਲਿ ਅਲਹ ਨੂਰੁ ਉਪਾਇਆ ਕੁਦਰਤਿ ਕੇ ਸਭ ਬੰਦੇ॥
ਏਕ ਨੂਰ ਤੇ ਸਭੁ ਜਗੁ ਉਪਜਿਆ ਕਉਨ ਭਲੇ ਕੋ ਮੰਦੇ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੪੯)

aval aleh noor oupaaeiaa kudhurath kae subh bu(n)dha |
eaek noor thae subh jug oupajiaa koun bhulae ko mu(n)dhae |
ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਜੋਤ ਰਚੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਅਪਾਰ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਬਣਾਏ। ਇੱਕ ਜੋਤ ਤੋਂ ਹੀ ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਹੜਾ ਚੰਗਾ ਤੇ ਕਿਹੜਾ ਮਾੜਾ ਹੈ?

First God created His light and by His Omnipotence made all the mortals. From God's Light came the whole world. Then who is good and who is bad?

੧੭.ਆਗੈ ਜਾਤਿ ਰੂਪੁ ਨ ਜਾਇ॥ ਤੇਹਾ ਹੋਵੈ ਜੇਹੇ ਕਰਮ[੧] ਕਮਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੩੬੩)

aagai jaath roop n jaae|thaehaa hovai jaehae kurum[2] kumaae|
ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ (ਉੱਚੀ) ਜ਼ਾਤ ਤੇ (ਸੋਹਣਾ) ਰੂਪ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਮਨੁੱਖ ਜਿਹੋ ਜਿਹਾ ਕਰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹੋ ਜਿਹਾ ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Caste and beauty will not go with you hereafter. As are the deeds[1] done here, so does one become.

੧੮.ਅਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਪੁਛੀਐ ਕਰਣੀ ਸਬਦੁ ਹੈ ਸਾਰੁ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੯੪)

agai jaath n ppushheeia kurunee subudh hai saar[1]|
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਬੰਦੇ ਪਾਸੋਂ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਾਤ ਬਾਰੇ ਪੁਛ ਗਿੱਛ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ।ਉੱਥੇ ਤਾਂ ਬਾਣੀ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੀ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ[੧] ਕਰਨੀ ਹੈ।

Hereafter, no one is questioned about one's caste; practice of the Word (the Shabad ) is the most important and sublime[1] trait.

੧੯.ਮਾਟੀ ਏਕ ਸਗਲ ਸੰਸਾਰਾ॥ ਬਹੁ ਬਿਧਿ[੧] ਭਾਂਡੇ ਘੜੈ ਕੁਮ੍ਹਾਰਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੮)

maattee eaek sugul su(n) saaraa|buhu bidhh[1] bhaa(n)ddae ghurrai kum(h)aara|
ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਇਕ ਹੀ ਮਿੱਟੀ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਜੋਤ) ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਘੁਮਿਆਰ ਇਕੋ ਮਿੱਟੀ ਤੋਂ ਕੋਈ ਕਿਸਮਾਂ[੧] ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਘੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

The entire universe is made of the same clay. The Potter (God) has shaped it into all sorts[1] of vessels.

# CELESTIAL REVELATION -ਗੁਰਬਾਣੀ

### ੧.ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ ਕਰਮਿ[੧] ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥(ਪੰਨਾ ੬੭)

gurubaanee eis jug mehi chaanun kuram[1] vusai man aaaaeae|
ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਰੋਸ਼ਨੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਿਹਰ[੧] ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਵਸਦੀ ਹੈ।
The Guru's word is the light of the world. It comes into our mind through the Guru's grace[1].

### ੨.ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਸਮਾਵੈ ਬੂਝੈ ਹਰਿ ਸੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੬੦) gur subadh sumaavai boojhai har soee|

ਜਿਹੜਾ ਜੀਵ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜੁੜਦਾ ਹੈ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
He who merges into G*urbani* understand the Lord.

### ੩.ਜਿਉ ਮੰਦਰ ਕਉ ਥਾਮੈ ਥੰਮਨੁ॥ ਤਿਉ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਮਨਹਿ ਅਸਥੰਮਨੁ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੨੮੨)

jio mu(n)dhur ko thhaamai thhu(n)mun|thio gur kaa subudh munehi asuthhu(n)mun[1]|
ਜਿਵੇਂ ਥੰਮ੍ਹ ਘਰ (ਦੀ ਛੱਤ) ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਿਵੇਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਮਨ ਦਾ ਸਹਾਰਾ[੧] ਹੈ।
As a pillar supports a house, similarly the word of the Guru supports[1] our soul.

### ੪.ਸਤਿਗੁਰ ਕੀ ਬਾਣੀ ਸਤਿ ਸਰੂਪ ਹੈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਬਣੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੩੦੪)

sathigur kee baanee sath suroop hai gurubaanee buneeai|
ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਸੱਚ (ਪ੍ਰਭੂ) ਦਾ ਸਰੂਪ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਜੀਵ (ਮੁਕੰਮਲ) ਬਣਦਾ ਹੈ।
The word of the True Guru is the embodiment of Truth. Through this word one becomes True.

### ੫.ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ[੧] ਗੁਰਬਾਣੀ ਲਾਲ॥ ਗਾਵਤ ਸੁਨਤ ਕਮਾਵਤ ਨਿਹਾਲ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੩੭੬)

bhugath bhu(n)ddaar[1] gurubaanee laal | gaavuth sunuth kumaavuth nihaal[2]|
ਗੁਰਬਾਣੀ ਰੱਬ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਖਜ਼ਾਨਾ[੧] ਹੈ। ਇਹ ਹੀਰਿਆਂ ਵਾਂਗ (ਕੀਮਤੀ) ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਗਾਉਣ, ਸੁਣਨ ਤੇ ਇਸ ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਦਾ ਖੁਸ਼[੨] ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ॥
The Guru`s word is the treasure[1] of the Lord's meditation. It is precious like jewels. He who, listens, sings and practices it, is blessed[2].

### ੬.ਰੁੜੋ[੧] ਠਾਕੁਰ ਮਾਹਰੋ ਰੂੜੀ ਗੁਰਬਾਣੀ॥(ਪੰਨਾ ੪੨੧)

roorro[1] t(h)aakur maahuro roorree gurubaanee|
ਸੁੰਦਰ[੧] ਤੇ ਮਹਾਨ ਹੈ ਸੁਆਮੀ ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਹੈ ਗੁਰਬਾਣੀ। Beautiful[1] & great is the Lord & beautiful is *Gurbani*.

### ੭.ਧੁਰ[੧] ਕੀ ਬਾਣੀ ਆਈ॥ ਤਿਨਿ ਸਗਲੀ ਚਿੰਤ ਮਿਟਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੬੨੮)

dhhur[1] kee baanee aaee]thin sugulee chi(n)th mittaaee|
ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੧]ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਈ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਨੇ ਸਾਰੇ ਫਿਕਰ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।
The word of God has come from the Primal Divine[1] source and it has effaced all the anxieties.

### ੮.ਜੈ ਤਨਿ ਬਾਣੀ ਵਿਸਰਿ ਜਾਇ॥ ਜਿਉ ਪਕਾ ਰੋਗੀ ਵਿਲਲਾਇ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੬੬੧)

jai than baanee visar jaae] jio pukaa rogee vilulaae[1]|
ਜਿਸ ਸਰੀਰ (ਮਨੁੱਖ) ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਭੁਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਹ ਪੁਰਾਣੇ ਬੀਮਾਰ ਵਾਂਗ ਵਿਲਕਦਾ[੧] ਹੈ।
The body(human being) that forgets the Guru's words wails[1] like a chronic patient.

੯.ਜੈਸੀ ਮੈ ਆਵੇ ਖਸਮ੧ ਕੀ ਬਾਣੀ ਤੈਸੜਾ ਕਰੀ ਗਿਆਨੁ ਵੇ ਲਾਲੋ॥(ਪੰਨਾ ੭੨੨)

jaisee mai aavai khusum[1] kee baanee thaisurraa kuree giaan vae laalo|

ਹੇ (ਭਾਈ) ਲਾਲੋ! ਮੈਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ੧ ਵਲੋਂ ਜਿਹੋ ਜਿਹੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਉਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਵਾਕਫੀਅਤ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ।

O Lalo ! As I receive the words of the Lord[1], so I utter these.

੧੦.ਸਚ ਕੀ ਬਾਣੀ ਨਾਨਕੁ ਆਖੈ ਸਚੁ ਸੁਣਾਇਸੀ ਸਚ ਕੀ ਬੇਲਾ੧॥(ਪੰਨਾ ੭੨੩)

such kee baanee naanuk aakhai such sunaaeisee such kee baelaa [1]|

ਨਾਨਕ ਸੱਚੇ ਬਚਨ ਉਚਾਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਸੱਚ ਸੁਣਾਉਣ ਦਾ ਠੀਕ ਵਕਤ੧ ਹੈ।

Nanuk utters the word of truth as it is the time[1] to utter the truth.

੧੧.ਗੁਰਮਤੀ ਸਾਂਤਿ ਵਸੈ ਸਰੀਰ॥ਸਬਦੁ ਚੀਨ੍ਹਿ੧ ਫਿਰਿ ਲਗੈ ਨ ਪੀਰ॥(ਪੰਨਾ ੮੪੨)

gurumuthee saa(n)th vusai sureer | subudh cheenih[1] fir lugai n peer|

ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਕੇ ਮਨ ਵਿਚ ਚੈਨ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਸਮਝਣ੧ ਨਾਲ ਕੋਈ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਪੋਹ ਸਕਦਾ |

Guru`s instructions create peace in the mind (body) . Contemplate[1] the word and you will not come to pain.

੧੨.ਬਾਣੀ ਬਿਰਲਉ ਬੀਚਾਰਸੀ ਜੇ ਕੋ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹੋਇ॥
ਇਹ ਬਾਣੀ ਮਹਾ ਪੁਰਖ ਕੀ ਨਿਜ ਘਰਿ ਵਾਸਾ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੫)

baanee birulo beechaarusee jae ko gurumukh hoe|
eih baanee mehaa purukh kee nij ghar vaasaa hoe|

ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਗੁਰਮੁਖ ਹੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸੋਚਦਾ ਵਿਚਾਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਾਣੀ ਪਰਮ ਪੁਰਸ਼ (ਸਤਿਗੁਰੁ) ਦੀ (ਐਸੀ) ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਨਿਜ ਦੇ ਧਾਮ ਵਿਚ ਟਿੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Some rare one who is Guru's-ward reflects over the Guru's word. The word is of the Supreme (awakened ) Person and through it one abides in the self.

੧੩.ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਹੈ ਬਾਣੀ ਵਿਚਿ ਬਾਣੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਾਰੇ॥(ਪੰਨਾ ੯੮੨)

baanee guroo guroo hai baanee vich baanee a(n)mirth saarae |

ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ (ਸਿੱਖ ਲਈ) ਗੁਰੂ ਹੈ। (ਗੁਰੂ ਜੀ ਬਾਣੀ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹਨ।) ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਜਲ ਹੈ।

The Word is (the embodiment of the) Guru ; the Guru is the Word. In the Word is the essence of the elixirs(of Naam).

੧੪.ਦੂਖ ਵਿਸਾਰਣੁ ਸਬਦੁ ਹੈ ਜੇ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ਕੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੧੩)

dhookh visaarun subudh hai jae mu(n)n vusaaeae koe|

ਗੁਰਬਾਣੀ ਹੀ ਦੁਖਾਂ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾ ਲਵੇ।

Guru`s word is the dispeller of sorrow if someone enshrines it in the mind.

੧੫.ਰੂੜੀ ਬਾਣੀ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਬੀਚਾਰਿ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੬-੩੭)

roorree baanee har paaeiaa gur subudhee beechaar |

ਗੁਰਬਾਣੀ ਸੁੰਦਰ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਰਾਹੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

Beauteous is the Guru's word. Reflecting on it, one attains to one's Lord.

੧੬.ਹਉਮੈ ਗਣਤ੧ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਨਿਵਾਰੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੬੫)houmai gunuth[1] gur subadh nivaarae|

ਹੰਕਾਰ ਤੇ ਚਿੰਤਾ[1] ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
Ego and anxiety[1] are relieved through the Word of the Guru.

### ੧੭.ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਵਸੈ ਮਨਿ ਜਾ ਕੈ॥ ਦੂਖੁ ਦਰਦੁ ਭ੍ਰਮੁ ਤਾ ਕਾ ਭਾਗੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੭੯)

gur kaa subudh vusai man jaa kai| dhookh dhurudh bhrum thaa kaa bhaagai|
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਗੁਰੁ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਦੁਖ, ਦਰਦ ਤੇ ਭਰਮ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
Pain, sorrow and doubt run away from that one, within whose mind the Word of the Guru abides.

### ੧੮.ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਹਉਮੈ ਬਿਖ[1] ਮਾਰੇ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੩੩)gur kai subadh houmai bikh[1] maarae|

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਹਉਮੈ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰ[1] ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
Through the Word of the Guru, the poison[1] of ego is neutralized.

# CHARACTER- ਚਾਲ-ਚਲਣ

੧.ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਚਜੁ ਅਚਾਰੁ[੧] ਸਿਖੁ ਤੁਧੁ ਕਦੇ ਨ ਲਗੈ ਦੁਖੁ॥(ਪੰਨਾ ੫੦)

gur mil chuj achaar[1] sikh thudhh kudhae n lugai dhukh |
ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਤੇ ਨੇਕ ਚਲਣ[੧] ਸਿੱਖ, ਤੈਨੂੰ ਕਦੇ ਕੋਈ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਵਿਆਪੇ ਗਾ।
By meeting the Guru, learn the right way of life and pious conduct[1]. Sorrow shall never befall you.

੨.ਸਚਹੁ ਓਰੈ[੧] ਸਭੁ ਕੋ ਉਪਰਿ ਸਚੁ ਆਚਾਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੬੨)

suchuhu ourai[1] subh ko oupar such aachaar|
ਹਰ ਸ਼ੈ ਸੱਚ ਤੋਂ ਘਟੀਆ[੧] ਹੈ, ਸੱਚਾ ਆਚਰਣ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਹੈ।
Everything is inferior[1] to Truth, truthful living is superior to all.

੩.ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਜੋ ਸਿੱਖ ਅਖਾਏ ਸੁ ਭਲਕੇ ਉਠਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ॥
ਉਦਮੁ ਕਰੇ ਭਲਕੇ ਪਰਭਾਤੀ ਇਸਨਾਨੁ ਕਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਰਿ ਨਾਵੈ॥(ਪੰਨਾ ੩੦੫)

gur sathigur kaa jo sikh akhaaeae s bhulukae out(h) har naam dhhiaavai|
oudhum kurae bhulukae purubhaathee eisunaan kurae a(n)mrith sar naavai|
ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿੱਖ ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਕੇ ਤੜਕੇ ਨ੍ਹਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦੇ ਸਰੋਵਰ ਅੰਦਰ ਟੁੱਬੀ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।
He who calls himself followers of True Guru, rises early and meditates on the Lord's name. He makes efforts early in the morning to take bath and have ablution in the tank of Nectar (Name of the Lord).

੪.ਬੰਦਉ ਹੋਇ ਬੰਦਗੀ ਗਹੈ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੩੪੧) bu(n)dho hoe bu(n)dhugee gehai[1]|
ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸੇਵਕ ਬਣ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਉਸ (ਪ੍ਰਭੂ) ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ[੧] ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
Becoming the Lord's slave, man ought to hold[1] fast His meditation.

੫.ਲੋਭਾਦਿ[੧] ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਪਰ ਗ੍ਰਿਹੰ ਜਦਿਬਿਧਿ[੨] ਆਚਰਣੰ॥(ਪੰਨਾ ੫੨੬)

lobhaadh[1] dhrisatt pur grihu(n) jadhibidhh[2] aachurunu(n)|
ਜੇਕਰ[੨] ਤੂੰ ਸ਼ੁਭ ਆਚਰਨ ਦਾ ਮਾਰਗ ਚਾਹੁੰਦਾ[੧] ਹੈ ਤਾਂ ਲਾਲਚ ਆਦਿਕ ਤੇ ਪਰਾਏ ਘਰ (ਔਰਤ) ਨੂੰ ਤਾੜਨਾ ਛੱਡ ਦੇ।
If [2]you seek[1] the way to good conduct , give up greed and don't cast your eyes on another man's household (wife)

੬.ਸਚੁ ਵਰਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਤੀਰਥੁ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਇਸਨਾਨੁ॥
ਦਇਆ ਦੇਵਤਾ ਖਿਮਾ ਜਪਮਾਲੀ[੧] ਤੇ ਮਾਣਸ ਪਰਧਾਨ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੫)

such vuruth su(n)thokh theeruthh giaan dhhiaan eisunaan|
dhaeiaa dhaevuthaa khimaa jupumaalee[1] thae maanus purudhaan|
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਵਰਤ, ਸੰਤੋਖ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਤੀਰਥ, ਜੀਵਣ ਦੀ ਸੂਝ ਤੇ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇਸ਼ਨਾਨ, ਦਇਆ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੇਵਤਾ ਅਤੇ ਅਤੇ ਮਾਫ਼ ਕਰਨ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਲਾ[੧] ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਹਨ।
If truth be one's fasting, contentment the pilgrim station, wisdom & meditation the bath , compassion the God and forgiveness the rosary[1], then one is a superior being.

੭.ਜੇ ਤਉ ਪਿਰੀਆ ਦੀ ਸਿਕ ਹਿਆਉ[੧] ਨ ਠਾਹੇ[੨] ਕਹੀ ਦਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੪)

jae tho pireeaa dhee sik hiaao[1] n t(h)aahae[2] kehee dhaa|
ਜੇ ਤੈਨੂੰ ਪਿਆਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਤਾਂਘ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੂੰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਦਿਲ[੧] ਨਾ ਦੁਖਾ[੨]।
If you seek your God, hurt [2]not anyone's feelings[1].

੮.ਮੁਖ ਸਚੇ ਸਚੁ ਦਾੜੀਆ ਸਚੁ ਬੋਲਹਿ ਸਚੁ ਕਮਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੧੯)
mukh suchae such dhaarreeaa such bolehi such kumaahi|
ਜੋ ਸੱਚ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸੱਚ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਾਹੜੇ ਸੁੱਚੇ (ਆਦਰ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ)ਹਨ।
Those, who utter and practice the truth, their faces and their beards are pious.

੯.ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਚਜੁ ਅਚਾਰੁ ਸਿਖੁ ਤੁਧੁ ਕਦੇ ਨ ਲਗੈ ਦੁਖੁ॥(ਪੰਨਾ ੫੦)
gur mil chuj achaar sikh thudhh kudhae n lugai dhukh|
ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਤੇ ਚੰਗਾ ਚਓਲਚਲਣ ਸਿੱਖ। ਤੈਨੂੰ ਕਦੇ ਕੋਈ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਵਿਆਪੇ ਗਾ।
Meeting with the Guru, learn proper conduct, and suffering shall never touch you.

੧੦.ਕਰਿ ਆਚਾਰੁ ਸਚੁ ਸੁਖੁ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੧) kar aachaar such sukh hoee|
ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਕਮਾਉਣ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਸੱਚਾ ਆਰਾਮ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। By doing pious deeds, true peace is found.

# CHARITY- ਦਾਨ ਪੁੰਨ

### ੧.ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ਸੁਣਿ ਸਭਨਾ ਨੋ ਕਰਿ ਦਾਨ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੫)

har kaa naam dhhiaae sun subhunaa no kar dhaan।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਸਿਮਰ ਤੇ ਸਰਵਣ ਕਰ, ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ (ਨਾਮ ਦਾ) ਦਾਨ ਦੇ।

Remember and hear God's Name, and bestow it as alms unto all.

### ੨.ਨਿਰਭਉ[੧] ਹੋਇ ਭਜਹੁ ਭਗਵਾਨ॥ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਨੋ ਦਾਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੨੦੧)

nirubho[1] hoe bhujuhu bhuguvaan ।saadhhusu(n)gath mil keeno dhaan।

ਨਿੱਡਰ[੧] ਹੋ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰ। ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ (ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਦਾਤ) ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇ।

Meditate on the Supreme God fearlessly[1]. Meet the holy persons and give gifts of Lord's meditation to others.

### ੩.ਜਿਨ ਕਉ ਪੋਤੈ[੧] ਪੁੰਨ ਪਇਆ ਤਿਨਾ ਗੁਰੁ ਸਬਦੀ ਸੁਖੁ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੩੧੬)

jin ko pothai[1] pu(n)n paeiaa thinaa gur subudhee such hoe।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਜ਼ਾਨੇ[੧] (ਪੱਲੇ)ਵਿੱਚ ਦਾਨ ਪੁੰਨ ਹੈ ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਰਾਹੀਂ ਸੁੱਖੀ ਹਨ।

They who have treasured[1] charity attain peace through the Guru's words.

### ੪.ਜੇ ਲੋੜਹਿ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਕਰਿ ਪੁੰਨਹੁ[੧] ਨੀਚੁ ਸਦਾਈਐ॥(ਪੰਨਾ ੪੬੫)

jae lorrehi chu(n)gaa aapunaa kar pu(n)nuhu[1] neech sudhaaeeai।

ਜੇਕਰ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਭਲਾਈ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈਂ, ਤਾਂ ਨੇਕ ਕੰਮ[੧] ਕਰ ਤੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਅਖਵਾ।

If you desire your good, perform good deed[1] and feel lowly.

### ੫.ਨਾਨਕ ਅਗੈ ਸੋ ਮਿਲੈ ਜਿ ਖਟੇ ਘਾਲੇ ਦੇਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੨)

naanuk agai so milai j khuttae ghaalae dhaee।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਅਗਲੇ ਜਹਾਨ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਉਹੀ ਕੁੱਝ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਕਮਾਈ ਵਿਚੋਂ (ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਨੂੰ) ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

Guru Nanak says-" In the next world, one receives that one gives here(to the needy) from what one earns by hard and honest work."

### ੬.ਘਾਲਿ[੧] ਖਾਇ ਕਿਛੁ ਹਥਹੁ ਦੇਇ॥ ਨਾਨਕ ਰਾਹੁ ਪਛਾਣਹਿ ਸੇਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੫)

ghaal[1] khaae kishh huthhuhu dhaee ।naanuk raahu pushhaanehi saee।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜੋ ਮਨੁੱਖ, ਮਿਹਨਤ[੧] ਨਾਲ ਕਮਾ ਕੇ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਮਾਈ ਵਿਚੋਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ (ਪੁੰਨ ਦਾਨ) ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਰਸਤਾ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।

O Nanak! He who earns by the sweat[1] of his brow and gives with his hand something in charity, alone knows the true way of life.

### ੭.ਸਤੀਆ[੧] ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਉਪਜੈ ਦੇਣੈ ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ॥(ਪੰਨਾ ੪੬੬)

sutheeaa[1] man su(n)thokh oupujai dhaenai kai veechaar।

ਦਾਨੀ[੧] ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ (ਉਹ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਨੂੰ) ਕੁਝ ਦੇਣ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

In the minds of the virtuous[1], contentment is produced when they think about giving(to the needy persons).

## ੮.ਹਰਿ ਕੈ ਅਰਥਿ[੧] ਖਰਚਿ ਨਹ ਸਾਕਹਿ ਜਮਕਾਲੁ ਸਹਹਿ ਸਿਰਿ ਪੀੜਾ॥(ਪੰਨਾ ੬੯੮)

har kae arathh[1] khurach neh saakehi jumukaal sehehi sir peeraa।

ਜੋ ਰੱਬ ਦੇ ਰਾਹ[੧] ਤੇ ਮਾਇਆ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਖਰਚ ਸਕਦੇ ਉਹ (ਆਤਮਕ) ਮੌਤ ਦਾ ਦੁਖ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਤੇ ਸਹਾਰਦੇ ਹਨ।

Those who can`t spend (wealth) in the name[1] of God, bear the pangs of death on their head.

## ੯.ਹਰਿ ਅਰਥਿ ਜੋ ਖਰਚਦੇ ਦੇਂਦੇ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੬)

har arathh jo khuruchudhae dhaedhae sukh paaeiaa।

ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਰਾਹ ਤੇ ਆਪਣੇ ਧਨ ਨੂੰ ਖਰਚਦੇ ਹਨ ਤੇ (ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਨੂੰ) ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸੁਖ ਪਾਂਦੇ ਹਨ।

Those who spend their wealth in the Lord's way find peace through giving.

## ੧੦.ਤੈ ਨਰ ਕਿਆ ਪੁਰਾਨੁ ਸੁਨਿ ਕੀਨਾ ॥
## ਅਨਪਾਵਨੀ[੧] ਭਗਤਿ ਨਹੀ ਉਪਜੀ ਭੂਖੈ ਦਾਨੁ ਨ ਦੀਨਾ॥੧॥ਰਹਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੫੩)

thai nur kiaa puraan sun keenaa।

anupaavunee[1] bhugath nehee oupujee bhookhai dhaan n dheenaa।

ਹੇ ਬੰਦੇ! ਤੂੰ ਧਾਰਮਕ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਕੀ ਕਮਾਇਆ ਹੈ? ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ[੧] ਭਗਤੀ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਤੂੰ ਭੁਖਿਆ ਨੂੰ ਦਾਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

So what have you accomplished by listening to the Puraanas? Everlasting[1] devotion to the Lord has not welled up within you, and you have not given alms to the hungry.

# COMFORTS& DISCOMFORTS-ਸੁਖ ਦੁਖ

੧.ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਸੁਖੁ ਸਾਚਾ ਏਹੁ॥ ਗੁਰ ਉਪਦੇਸੁ ਮਨੈ ਮਹਿ ਲੇਹੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੭੮)
surub sukhaa sukh saachaa eaehu । gur oupudhaes munai mehi laehu।
ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਕੇ ਰੱਖ, ਸਾਰੇ ਆਰਾਮਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਹੀ ਅਸਲੀ ਆਰਾਮ ਹੈ।
Keep Gur's instructions in your mind. Of all comforts, this is the true comfort.

੨.ਡਿਠਾ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ ਸੁਖ ਨ ਨਾਮ ਬਿਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੩੨੨)
ddit(h)aa subh su(n)saar such n naam bin।
ਮੈਂ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਵੇਖ ਲਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਕੋਈ ਆਰਾਮ ਨਹੀਂ।
I have seen the whole world, but there is no peace (comfort) without the Lord's Name.

੩.ਸਰਬ ਦੂਖ ਜਬ ਬਿਸਰਹਿ ਸੁਆਮੀ॥(ਪੰਨਾ ੩੯੪)surub dhookh jub bisurehi suaamee ||
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਭੁਲਣ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਦੁਖ (ਜੀਵ ਨੂੰ) ਆ ਘੇਰਦੇ ਹਨ।
All the maladies inflict when one forgets the Lord.

੪.ਦੁਖੁ ਦਾਰੂ ਸੁਖੁ ਰੋਗ ਭਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੪੬੯)dhukh dhaaroo sukh rog bhaeiaa |
ਬਿਪਤਾ (ਜੀਵਨ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ) ਇਲਾਜ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ (ਉਹਨਾਂ ਲਈ) ਦੁਖ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦੀ ਹੈ।
Pain is the cure and pleasure becomes the malady.

੫.ਨਾਨਕ ਦੁਖੀਆ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੯੫੪) naanuk dhukheeaa subh su(n)saar।
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਦੁਖੀ ਹੈ। Guru Nanak says-" The whole world is in distress."

੬.ਸਭੇ ਦੁਖ ਸੰਤਾਪ[੧] ਜਾਂ ਤੁਧਹੁ ਭੁਲੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੯੬੪)
subhae dhukh su(n)thaap[1] jaa(n)thudhhuhu bhuleeai।
ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਤੈਨੂੰ ਭੁਲਣ ਨਾਲ (ਮਨ ਨੂੰ) ਸਾਰੇ ਦੁਖ ਕਲੇਸ਼[੧] (ਆ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ)।
O Lord! All the sufferings[1] and sorrows cling to us when we forget You.

੭.ਸਗਲੇ ਦੂਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਰਿ ਪੀਵੈ ਬਾਹੁੜਿ[੧] ਦੂਖੁ ਨ ਪਾਇਦਾ ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੩੪)
sugulae dhookh a(n)mrith kar peevai baahurr[1] dhookh n paaeidhaa।
ਜੋ ਸਾਰੇ ਦੁਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ(ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਭਾਣੇ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਖੁਸ਼ੀ ਸਹਾਰਦਾ ਹੈ।) ਉਹ ਮੁੜ[੧] ਕੇ ਤਕਲੀਫ ਨਹੀਂ ਉਠਾਉਂਦਾ।
One who treats all the pains of the earth like Nectar (accepts as His will)does not suffer again[1].

੮.ਬਹੁ ਸਾਦਹੁ ਦੂਖੁ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਵੈ॥ ਭੋਗਹੁ ਰੋਗ ਸੁ ਅੰਤਿ ਵਿਗੋਵੈ [੧]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੩੪)
buhu saadhuhu dhookh puraapath hovai । bhoguhu rog s a(n)th vigovai[1]।
ਬਹੁਤੀਆਂ (ਰੰਗ ਰਲੀਆਂ) ਦੇ ਸੁਆਦਾਂ ਤੋਂ ਦੁਖ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਕਾਮ ਚੇਸ਼ਟਾ ਤੋਂ ਰੋਗ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਓੜਕ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ[੧] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
If one is attached to many pleasures, one meets with pain. Indulgence in sexual pleasures leads to disease and one is wasted[1] away.

੯.ਭਾਣਾ ਮੰਨੇ ਸੋ ਸੁਖੁ ਪਾਏ ਭਾਣੇ ਵਿਚਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਦਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੬੩)
bhaanaa mu(n)nae so sukh paaeae bhaanae vich sukh paaeidhaa।

ਜੋ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ) ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸੁੱਖ ਪਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਹੀ (ਆਤਮਕ) ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
He who submits to the Lord's will is blessed with comfort. It is with the Lord's will that one obtains bliss.

੧੦.ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੭) surub sukhaa har har gun gaaeae।
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਫਤ ਕੀਤਿਆਂ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
One obtains all the comforts by singing the Lord's praises.

੧੧.ਦੂਖ ਸੂਖ ਸਭ ਤਿਸੁ ਰਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੮੮)dhookh sookh subh this rujaae।
ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦੁਖ ਸੁਖ ਉਸ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਹਨ।
Comforts and discomforts are all according to His will.

੧੨.ਦੂਖਾ ਤੇ ਸੁਖ ਉਪਜਹਿ ਸੂਖੀ ਹੋਵਹਿ ਦੂਖ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੨੮)
dhookhaa thae such oopujehi sookhee hovehi dhookh।
ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ (ਵਿਕਾਰ ਛੱਡਣ ਨਾਲ) ਸੁਖ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਮਗਰੋਂ ਪੀੜ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।
Pleasure wells up out of pain and out of pleasure comes pain.

੧੩.ਜਿਨਾ ਖਾਧੀ ਚੋਪੜੀ ਘਣੇ[੧] ਸਹਨਿਗੇ ਦੁਖ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੭੯)
jinaa khaadhhee chopurree ghunae[1] sehanigae dhukh।
ਜੋ ਲੋਕ ਚੋਪੜੀ ਰੋਟੀ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਬੜੇ[੧] ਕਸ਼ਟ ਸਹਿੰਦੇ ਹਨ।(ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਦੀ ਸਾਦਾ ਰੋਟੀ ਚੰਗੀ ਹੈ।)
They who eat the buttered bread suffered a lot[1].

੧੪.ਫਰੀਦਾ ਮੈ ਜਾਨਿਆ ਦੁਖੁ ਮੁਝ ਕੂ ਦੁਖੁ ਸਬਾਇਐ ਜਗਿ॥
ਊਚੇ ਚੜਿ ਕੈ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹਾ ਅਗਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੨)
fureedhaa mai jaaniaa dhukh mujh koo dhukh subaaeiai jag ।
oochae charr kai dhaekhiaa thaa(n) ghar ghar eaehaa ag |
ਹੇ ਫਰੀਦ! ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ ਸਾਂ ਕਿ ਕੇਵਲ ਮੈਂ ਹੀ ਦੁਖੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਦੁਖੀ ਹੈ।ਜਦ ਮੈਂ (ਆਪਣੇ ਦੁਖ ਤੋਂ) ਉਚੇਰਾ ਹੋ ਕੇ (ਧਿਆਨ ਮਾਰਿਆ) ਤਾਂ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਹਰ ਘਰ ਅੰਦਰ ਅੱਗ (ਦੁਖ) ਹੈ।
Farid says- “I thought I alone was in pain, but the whole world is in trouble. When I saw from the house top (took a bird`s eye view), I found the same trouble everywhere.”

੧੫.ਫਰੀਦਾ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਇਕੁ ਕਰਿ ਦਿਲ ਤੇ ਲਾਹਿ ਵਿਕਾਰੁ[੧]॥
ਅਲਹ ਭਾਵੈ ਸੋ ਭਲਾ ਤਾਂ ਲਭੀ ਦਰਬਾਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੩)
fureedhaa dhukh sukh eik kar dhil thae laahi vikaar[1]।
aleh bhaavai so bhulaa thaa(n)lubhee dhurubaar।
ਹੇ ਫਰੀਦਾ! ਦੁਖ ਅਤੇ ਸੁਖ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਜਾਣ ਤੇ ਮਨ ਤੋਂ ਪਾਪ[੧] ਦੂਰ ਕਰ। ਜੋ ਕੁਝ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਚੰਗਾ ਜਾਣ ਤਾਂ ਤੈਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ ਥਾਂ ਮਿਲੇਗੀ।
O Farid! Look alike on pleasure and pain, and cast evil [1]out of Your mind. If you love God's Will, you shall attain to His court.

੧੬.ਸੁਖ ਮੈ ਬਹੁ ਸੰਗੀ ਭਏ ਦੂਖ ਮੈ ਸੰਗਿ ਨ ਕੋਇ॥ (ਪੰਨਾ ੧੪੨੮)
sukh mai buhu su(n)gee bheae dhukh mai su(n)g n koe ।

(ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ) ਸੁਖ ਵੇਲੇ ਅਨੇਕਾਂ ਦੋਸਤ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਦੁਖ ਵੇਲੇ ਕੋਈ ਸਾਥੀ ਨਹੀਂ ਬਣਦਾ।
Many befriend us in prosperity,but none become our friend in adversity.

੧੭.ਜਤਨ[੧] ਬਹੁਤ ਸੁਖ ਕੇ ਕੀਏ ਦੁਖ ਕੋ ਕੀਓ ਨ ਕੋਇ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ ਹਰਿ ਭਾਵੈ ਸੋ ਹੋਇ॥ (ਪੰਨਾ ੧੪੨੮)
juthun[1] buhuth sukh kae keeeae dhukh ko keeoe n koe ।
kuhu naanuk sun rae munaa har ।bhaavai so hoe।
ਮਨੁਖ ਸੁਖਾਂ(ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ) ਲਈ ਕਈ ਉਪਰਾਲੇ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਦੁਖਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਜਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਹੇ ਮਨ! ਤੂੰ ਸੁਣ, ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ।
One tries[1] hard to earn comfort, but none to suffer from pain. Nanak says-"Hark, O mind! whatever pleases God that alone happens."

੧੮.ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੋ ਨਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੮)surub sukhaa prubh thaero naao।
ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਸਾਰੇ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ। O Lord ! All the comforts are in your Name.

੧੯.ਸੋ ਸੁਖੀਆ ਜਿਸ ਭ੍ਰਮੁ ਗਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੮੦) so sukheeaa jis bhrum gaeiaa।
ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਜਿਸ ਦੇ ਮਨ ਦੀ ਭਟਕਣਾ ਦੂਰ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਸੁਖੀ ਹੈ|
He whose doubts are dispelled is peaceful.

੨੦.ਜਹਾਂ ਬੀਸਰੈ ਠਾਕੁਰੁ ਪਿਆਰੋ ਤਹਾਂ ਦੂਖ ਸਭ ਆਪਦ[੧]॥
ਜਹ ਗੁਨ ਗਾਇ ਆਨੰਦ ਮੰਗਲ ਰੂਪ ਤਹਾਂ ਸਦਾ ਸੁਖ ਸੰਪਦ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੦੪)
jehaa beesarai thaakur piaaro thehaa dhookh sabh aapadh[1] |
jeh gun gaae aanu(n)dh mu(n)gul roop thehaa(n) sudhaa sukh su(n)pudh[2] ।
ਜਿਥੇ ਪਿਆਰੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਯਾਦ ਭੁਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਥੇ ਸਾਰੇ ਦੁਖ ਤੇ ਮੁਸੀਬਤਾਂ[੧] ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਥੇ (ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ) ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਦੇ ਸਰੂਪ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਸਿਫਤਾਂ ਗਾਇਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਥੇ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਧਨ-ਦੌਲਤ[੨] ਵਸਦੀਆਂ ਹਨ ਵਸਦੀਆਂ ਹਨ।
Wherever my Beloved Lord is forgotten, misery and misfortunes[1] are there. Where the Praises of my Lord, the Embodiment of Bliss and Joy are sung, peace and wealth[2] are always there.

# COMMAND-ਹੁਕਮ

੧.ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਬਾਹਰਿ ਹੁਕਮ ਨ ਕੋਇ॥
ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ ਤ ਹਉਮੈ ਕਹੈ ਨ ਕੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧)

hukumai a(n)dhar subh ko baahar hokum n koe |
naanuk hukumai jae bhujhai th houmai kehai n koe|
ਕੋਈ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਰੱਬ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਮੰਨ ਲਵੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਹੰਕਾਰ ਨ ਕਰੇ।

All are subjects to His will and none is exempted from His order. Guru Nanak says-" If man were to understand His will, none should take pride."

੨.ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੮) jiv jiv hukum thivai thiv kaar |
ਹਰ ਥਾਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।

As is the Master's command, so does the whole creation function.

੩.ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਣੈ ਕੀ ਏਹ ਨੀਸਾਣੀ॥ਮਨਿ ਇਕੋ ਸਚਾ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੬)

prubh milunai kee eaeh neesaanee| man eiko sucha hukum pushhaanee |
ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਕੇਵਲ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਹੀ ਸਿੰਵਾਣਦਾ ਹੈ।

This is the sign of the union with the Lord that one recognizes only the True Lord's command.

੪.ਹੁਕਮੁ ਮੰਨੇ ਸਿਰਦਾਰੁ ਦਰਿ ਦੀਬਾਣੀਐ[੧]॥(ਪੰਨ ੧੪੨)

hukum mu(n)nae sirudhaar dhar dheebaaneeai[1|]
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ[੧] ਵਿੱਚ ਉਹੀ ਇੱਜ਼ਤ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸਦਾ ਹੁਕਮ ਮੰਨਦਾ ਹੈ।

He who submits to the Lord's order is recognized in His court.[1]

੫.ਸਾਹਿਬ ਸੇਤੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਚਲੈ ਕਹੀ ਬਣੈ ਅਰਦਾਸਿ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੪੭੪)

saahib saethee hukum n chulai kehee bunai arudhaas[1|]
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਹੁਕਮ ਦੇਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਅੱਗੇ ਅਰਦਾਸ ਹੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

Commanding the Lord is not effective. It is proper to make a request[1].

੬.ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੁਕਮੇ ਆਵਦਾ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੁਕਮੇ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੫੫੬)

sabh kish hukamae aavadhaa sabh kish hukamae jaae |
ਹਰ ਚੀਜ਼ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ (ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ) ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨਾਲ ਹੀ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Everything comes (in this world) through the Lord's will and leaves (this world), through His will.

੭.ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਿਨਿ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਤਾ॥ਪ੍ਰਭ ਸਾਹਿਬ ਕਾ ਤਿਨਿ ਭੇਦੁ ਜਾਤਾ॥(ਪੰਨਾ ੮੮੫)

kuhu naanuk jin hukum pushhaathaa | prubh saahib kaa thin bhaedh jaathaa|
ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਰੱਬ ਦੀ ਰਜ਼ਾ (ਹੁਕਮ) ਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦੇ ਭੇਦ ਨੂੰ ਪਾ ਲਿਆ ਹੈ।

"He who realizes the command of the Lord has known the mystery of the Master."-says Nanak.

੮.ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਨ ਬੁਝਈ ਅੰਧਾ ਕਹੀਐ ਸੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੫੪)

naanuk hukum n bujhee a(n)dhhaa keheeai soe |
ਹੇ ਨਾਨਕ, ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਸਲੀ ਅੰਨ੍ਹਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
O Nanak! They who stray away from the Lord,  are blind.

੯.ਜੋ ਹੁਕਮੁ ਨ ਬੂਝੈ ਖਸਮ ਕਾ ਸੋਈ ਨਰੁ ਕਚਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੯੪)
jo hukum n boojhai khusum kaa soee nur kuchaa |
ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਕੂੜਾ ਹੈ।
Whosever does not submit to the Lord`s will is false.

੧੦.ਹੁਕਮੁ ਮੰਨੇ ਸੋ ਜਨੁ ਪਰਵਾਣੁ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੭੫)hukum mu(n)nae so jun puruvaan[1|]
ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ (ਮਿੱਠਾ ਕਰਕੇ) ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਉਹ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ) ਕਬੂਲ[੧] ਹੈ|
Whosoever obeys the Lord's command (willingly) is accepted[1].(in the Lord's court).

## COMPASSION-ਦਇਆ

### ੧.ਸਤੁ[1] ਸੰਤੋਖੁ ਦਇਆ ਕਮਾਵੈ ਏਹ ਕਰਣੀ ਸਾਰ[2]॥(ਪੰਨਾ ੫੧)

suth[1] su(n)thokh dhaeiaa kumaavai eaeh kurunee saar[2]|
ਤੂੰ ਸੱਚ[1], ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਤੇ ਰਹਿਮ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰ, ਇਹ ਜੀਵਨ ਢੰਗ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ ਹੈ।

To practice truth[1], contentment and mercy is the essence [2]of life.

### ੨.ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਸਗਲ ਪੁੰਨ ਜੀਅ ਦਇਆ ਪਰਵਾਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੬)

at(h)usat(h) theeruthh sugul pu(n)n jeea dhaeiaa puruvaan|
ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਤੇ ਤਰਸ ਖਾਣ ਵਿੱਚ ਹੀ ਅਠਾਹਠ ਤੀਰਥਾਂ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਤੇ ਸਮੂਹ ਦਾਨ ਪੁੰਨ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Compassion for all the creatures is the essence of acts of pilgrimage of sixty eight holy places and charity.

### ੩.ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਸਰਬ[1] ਜੀਅ ਦਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੨੯੯)

man su(n)thokh surub[1] jeea dhaeiaa|
ਤੂੰ ਦਿਲੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋ ਕੇ ਸਾਰੇ[1] ਜੀਵਾਂ ਤੇ ਦਇਆ ਕਰ।

Be mentally content and compassionate to every[1] living being.

### ੪.ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ[1] ਸਚੀ ਲੇਇ॥
### ਦਇਆ ਜਾਣੈ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੬੮)

such thaa pur jaaneeai jaa sikh[1] suchee laee |
dhaeiaa jaanai jeea kee kishh pu(n)n dhaan kuraee|
ਕੇਵਲ ਤਦੋਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਸੱਚਾ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਸੱਚੀ ਸਿੱਖਿਆ[1] ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇ, ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਤੇ ਤਰਸ ਕਰੇ ਤੇ ਕੁਝ ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਕਰੇ।

One knows the truth if one receives the true instructions[1] (of the Guru), has a compassionate heart and gives away something in charity.

### ੫.ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਦਇਆ ਧਰਮੁ ਸੀਗਾਰੁ[1] ਬਨਾਵਉ॥(ਪੰਨਾ੮੧੨)

suth su(n)thokh dhaeiaa dhhurum seegaar[1] bunaavo|
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਚਾਈ, ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ,ਦਇਆ ਤੇ ਧਰਮ ਨਾਲ ਸਜਾਉ[1]।

Decorate[1] yourself with truth, contentment, compassion and righteousness.

### ੬.ਨਿਰਦਇਆ[1] ਨਹੀ ਜੋਤਿ ਉਜਾਲਾ॥ਬੂਡਤ ਬੂਡੇ ਸਰਬ ਜੰਜਾਲਾ॥(ਪੰਨਾ ੯੦੩)

nirudhaeiaa[1] nehee joth oujaalaa | boodduth surub ju(n)aalaa|
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਠੋਰਤਾ[1] ਹੋਵੇ ਉਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਜੋਤ ਦਾ ਚਾਨਣ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।ਡੁੱਬਦਾ ਡੁੱਬਦਾ ਉਹ ਸਾਰੇ ਜੰਜਾਲਾਂ (ਝਮੇਲਿਆਂ) ਵਿੱਚ ਡੁੱਬ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

The Lord's light does not shine in him who is devoid[1] of compassion. He is completely drowned in all kinds of worldly engagements.

### ੭.ਦਇਆ ਧਰਮੁ ਤਪੁ ਨਿਹਚਲੋ ਜਿਸੁ ਕਰਮਿ ਲਿਖਾਧਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੧)

dhaeiaa dhhurum thup nihuchulo jis kuram likhaadhhaa|
ਦਇਆ,ਸਚਾਈ ਤੇ ਤਪ ਅਟੱਲ ਹਨ।ਇਹ ਕੇਵਲ ਉਸ ਨੂੰ ਹੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

Compassion, righteousness and self-denial are eternal. Only those obtain them in whose destiny it is written.

੮.ਦਇਆ ਦੇਵਤਾ ਖਿਮਾ ਜਪਮਾਲੀ[੧] ਤੇ ਮਾਣਸ ਪਰਧਾਨ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੫)

dhaeiaa dhaevuthaa khimaa jupumaalee[1] thae maanus purudhhaan|

ਜੋ ਦਇਆ ਕਰਨ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੇਵਤਾ ਤੇ ਮਾਫੀ ਦੇਣ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਲਾ[੧] ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਪੁਰਸ਼ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਹਨ।

Those who treat kindness as their deity, and forgiveness as their rosary[1], are the most exalted people.

# CONVERSATION-ਗੱਲਬਾਤ

੧.ਜਿੱਤੁ ਬੋਲਿਐ ਪਤਿ ਪਾਈਐ ਸੋ ਬੋਲਿਆ ਪਰਵਾਣੁ॥
ਫਿਕਾ ਬੋਲਿ ਵਿਗੁਚਣਾ[੧] ਸੁਣਿ ਮੂਰਖ ਮਨ ਅਜਾਣ॥(ਪੰਨਾ ੧੫)
jith boliai path paaeeai so boliaa puruvaan ।
fikaa bol viguchunaa[1] sun moorukh mun ajaan।
ਉਹ ਬੋਲ ਬੋਲਿਆ ਕਬੂਲ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਬੋਲਣ ਨਾਲ ਇੱਜ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।ਹੇ ਬੇਵਕੂਫ ਤੇ ਬੇਸਮਝ ਮਨ! ਸੁਣ, ਰੁੱਖੇ ਬਚਨ ਬੋਲ ਕੇ ਆਦਮੀ ਖੁਆਰ[੧] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
That utterance by which one attains honor is acceptable. O my foolish and ignorant mind, listen that to be sour-tongued is to destroy[1] oneself.

੨.ਅਸੀ ਬੋਲਵਿਗਾੜ[੧] ਵਿਗਾੜਹ ਬੋਲ॥(ਪੰਨਾ ੨੫) asee bolavigaarr[1] vigaarrehbol।
ਅਸੀਂ ਬੜਬੋਲੇ[੧] ਹਾਂ ਤੇ ਰੁੱਖੇ ਬਚਨਾਂ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜ ਪਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।
We foul-mouthed[1], spoil(things) by our foul words.

੩.ਨਾਨਕ ਮੂਰਖ ਏਹਿ ਗੁਣ ਬੋਲੇ ਸਦਾ ਵਿਣਾਸੁ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੧੪੩)
naanuk moorukh eaehi gun bolae sudhaa vinaas[1]।
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਬੇਵਕੂਫ ਦੀ ਇਹ ਵਾਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ[੧] ਹੀ ਹੋਵੇ।
Nanak, trait of the fool is that he always talks that could harm [1] someone.

੪.ਜਿਥੈ ਬੋਲਣਿ ਹਾਰੀਐ ਤਿਥੈ ਚੰਗੀ ਚੁਪ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੯)
jithhai bolan haareeai thithhai chu(n)gee chup।
ਜਿੱਥੇ ਬੋਲਣਿ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇ ਉੱਥੇ ਚੁੱਪ ਰਹਿਣਾ ਹੀ ਚੰਗਾ ਹੈ।
Where one is bound to lose by utterance, it is wise to remain silent there.

੫.ਕੋਮਲ[੧] ਬਾਣੀ ਸਭ ਕਉ ਸੰਤੋਖੈ॥(ਪੰਨਾ ੨੯੯) komul[1] baanee subh ko su(n)thokhai।
ਮਿੱਠੇ[੧] ਬਚਨ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਰਮ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। Sweet[1] speech soothes everyone.

੬.ਮੰਦਾ ਕਿਸੈ ਨ ਆਖੀਐ ਪੜਿ ਅਖਰੁ ਏਹੋ ਬੁਝੀਐ॥ਮੂਰਖੈ ਨਾਲਿ ਨ ਲੁਝੀਐ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੪੭੩)
mu(n)dhaa kisai n aakheeai parr akhur eaeho bujheeai।moorukhai naal n lujheeai[1]।
ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ (ਅੱਖਰਾਂ) ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਇਹ ਸਮਝ ਲਵੋ ਕਿ ਮੂਰਖ ਨਾਲ ਵਾਦ- ਵਿਵਾਦ[੧] ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਬੁਰਾ ਨਾ ਕਹੋ।
Understand this, by reading these words, that one should not call anyone bad words and not argue[1] with a fool.

੭.ਨਾਨਕ ਫਿਕੈ ਬੋਲਿਐ ਤਨੁ ਮਨੁ ਫਿਕਾ ਹੋਇ॥ਫਿਕੋ ਫਿਕਾ ਸਦੀਐ ਫਿਕੋ ਫਿਕੀ ਸੋਇ[੧]} ॥ (ਪੰਨਾ ੪੭੩)
naanuk fikai boliai thun mun fikaa hoe। fiko fikaa sudheeai fikae fikee soe[1]।
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਰੁੱਖਾ ਬੋਲਣ ਨਾਲ ਜੀਵ ਦਾ ਮਨ ਤੇ ਸਰੀਰ ਰੁੱਖੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।ਰੁੱਖਾ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਰੁੱਖਾ ਹੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਵਿਚ ਉਹ ਰੁੱਖਾ ਸਮਝਿਆ[੧] ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
Nanak, by speaking unpleasant words, one's body and mind become insipid. One is called foul-mouthed and one's reputation[1] becomes indifferent.

੮.ਫਿਕਾ ਦਰਗਹ ਸਟੀਐ ਮੁਹਿ ਥੁਕਾ ਫਿਕੇ ਪਾਇ॥

ਫਿਕਾ ਮੂਰਖ ਆਖੀਐ ਪਾਣਾ[1] ਲਹੈ ਸਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੩)

fikaa dhurugeh sutteeai muhi thhukaa fikae paae।

fikaa moorukh aakheeai paanaa[1]lehai sujaae।

ਉਹ ਰੱਬ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ ਦੁਰਕਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਥੁੱਕਾਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ (ਰੁੱਖਾ ਬੋਲਣ ਵਾਲਾ) ਬੇਵਕੂਫ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜੁੱਤੀਆਂ[1] ਦੀ ਮਾਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

The foul-mouthed is insulted in the Lord's court and his face is spat upon. He is known as a fool and receives shoe[1] beating as punishment.

੯.ਬੋਲੀਐ ਸਚੁ ਧਰਮੁ ਝੂਠੁ ਨ ਬੋਲੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੪੮੮)boleeai such dhhurum jhoot(h) n boleeai।

ਸੱਚ ਤੇ ਠੀਕ ਹੀ ਬੋਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਝੂਠ ਨਹੀਂ ਬੋਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

Be true and righteous in speech and speak no falsehood.

੧੦.ਜਬ ਲਗੁ ਦੁਨੀਆ ਰਹੀਐ ਨਾਨਕ ਕਿਛੁ ਸੁਣੀਐ ਕਿਛੁ ਕਹੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੬੬੧)

jub lug dhuneeaa reheeai naanuk kishh suneeai kishh keheeai।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜਦ ਤਕ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਜੀਉਣਾ ਹੈ, ਸਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸੁਣਨਾ ਤੇ ਕੁਝ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

O Nanak! As long as one lives in the world, one should hear and tell the (Lord's Name).

੧੧.ਸੰਤੁ ਮਿਲੈ ਕਿਛੁ ਸੁਨੀਐ ਕਹੀਐ॥ ਮਿਲੈ ਅਸੰਤੁ ਮਸਟਿ[1] ਕਰਿ ਰਹੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੮੭੦)

su(n)th milai kishh suneeai keheeai। milai asu(n)th musatt[1] kar reheeai।

ਜੇ ਕੋਈ ਨੇਕ ਪੁਰਸ਼ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਭੈੜਾ ਬੰਦਾ ਮਿਲ ਜਾਏ ਤਾਂ ਚੁੱਪ[1] ਰਹਿਣਾ ਹੀ, ਠੀਕ ਹੈ।

Meeting with a saint, one should converse with him, but if one meets with an evil person, one should keep mum[1].

੧੨.ਸੰਤਨ ਸਿਉ ਬੋਲੇ ਉਪਕਾਰੀ[1]॥ਮੂਰਖ ਸਿਉ ਬੋਲੇ ਝਖ ਮਾਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੮੭੦)

su(n)thun sio bolae oupukaaree[1]।moorukh sio bolae jhukh maaree।

ਸਾਧੂਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕੀਤਿਆਂ ਕੋਈ ਚੰਗੀ[1] ਗੱਲ ਨਿਕਲੇ ਗੀ, ਪਰ ਮੂਰਖ ਨਾਲ ਬੋਲਣਾ ਵਿਅਰਥ ਬਕਵਾਸ ਹੈ।

If one converses with saint, one earns merit[1], but if one speaks with an unwise man, it is waste of breath.

੧੩.ਟੂਟੈ ਨੇਹੁ[1] ਕਿ ਬੋਲਹਿ ਸਹੀ॥ਟੂਟੈ ਬਾਹ ਦੁਹੂ ਦਿਸ ਗਹੀ[2]॥
ਟੂਟਿ ਪਰੀਤਿ ਗਈ ਬੁਰ ਬੋਲਿ॥(ਪੰਨਾ੯੩੩)

ttoottai naehu[1] k bolehi sehee।ttoottai baah dhuhoo dhis gehee[2]।
ttoott pureeth gee bur bol।

ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਾਹਮਣੇ (ਲਾ ਕੇ) ਗੱਲ ਆਖਿਆਂ ਪਿਆਰ[1] ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੋਹਾਂ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਫੜਿਆਂ[2] ਬਾਂਹ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮੰਦਾ ਬੋਲ ਬੋਲਿਆਂ ਪ੍ਰੀਤ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Love[1] is torn asunder by speaking in defiance. Arm breaks by pulling[2] it from both sides. Love breaks if the speech is sour.

੧੪.ਬਾਦੁ ਬਿਬਾਦੁ[1] ਕਾਹੂ ਸਿਉ ਨ ਕੀਜੈ॥ ਰਸਨਾ[2] ਰਾਮ ਰਸਾਇਨੁ[3]ਪੀਜੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੬੪)

baadh bibaadh[1] kaahoo sio n keejai।rusunaa[2] raam rusaaein[3] peejai।

ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਬਹਿਸ[੧] ਮੁਬਾਹਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਜੀਭ[੨] ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਰਸ[੩] (ਨਾਮ) ਨੂੰ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

Don't enter into discussion and argument[1] with anyone. Sap the Lord's elixir[3] with your tongue.[2]

੧੫.ਇਕੁ ਫਿਕਾ ਨ ਗਾਲਾਇ ਸਭਨਾ ਮੈ ਸਚਾ ਧਣੀ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੪)

eik fikaa n gaalaae subhunaa mai suchaa dhhunee[11]

ਤੂੰ ਇੱਕ ਵੀ ਰੁੱਖਾ ਬਚਨ ਨ ਬੋਲ (ਕਿਉਂਕਿ) ਸਭ ਵਿਚ ਸੱਚਾ ਮਾਲਕ[੧] ਵਸਦਾ ਹੈ।

Don't speak harsh to anyone for the True Master[1] abides in all.

੧੬.ਹਉਮੈ ਫਿਕਾ ਬੋਲਣਾ ਬੁਝਿ ਨ ਸਕਾ ਕਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੨੦)

houmai fikaa bolunaa bujh nsukaakaar।

ਹੰਕਾਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਰੁੱਖਾ ਬੋਲਣ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

If one talks insipidly due to ego, one can't know the Lord's will.

੧੭.ਬਹੁਤਾ ਬੋਲਣੁ ਝਖਣੁ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੬੬੧) buhuthaa bolun jhukhun hoe।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਲਣਾ ਬੇਫਾਇਦਾ ਹੈ। To speak too much is useless.

੧੮.ਮਿਠ ਬੋਲੜਾ ਜੀ ਹਰਿ ਸਜਣੁ ਸੁਆਮੀ ਮੋਰਾ॥
ਹਉ ਸੰਮਲਿ[੧] ਥਕੀ ਜੀ ਓਹੁ ਕਦੇ ਨ ਬੋਲੈ ਕਉਰਾ॥(ਪੰਨਾ ੭੮੪)

mit(h) bolurraa jee har sujun suaamee moraa ।
ho su(n)mal[1] thhukee jee ouhu kudhae n bolai kouraa।

ਮੇਰਾ ਮਾਲਕ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿੱਠੇ ਬੋਲ ਬੋਲਣ ਵਾਲਾ ਮੇਰਾ ਪਿਆਰਾ ਮਿਤ੍ਰ ਹੈ। ਮੈਂ ਚੇਤੇ[੧] ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਥੱਕ ਗਈ ਹਾਂ, ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਕੌੜਾ ਬੋਲ ਨਹੀਂ ਬੋਲਿਆ।

My Dear Lord and Master,My Friend, speaks so sweetly. I have grown weary of testing[1] Him, but still, He never speaks harshly to me.

੧੯.ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਛੂਛਾ[੧] ਘਟੁ ਬੋਲੈ॥ਭਰਿਆ ਹੋਇ ਸੁ ਕਬਹੁ ਨ ਡੋਲੈ॥(ਪੰਨਾ ੮੭੦)

kuhu kubeer shhooshhaa[1] ghutt bolai ।bhariaa hoe s kubuhu n ddolai।

ਕਬੀਰ ਜੀ ਆਖਦੇ ਹਨ,"ਖਾਲੀ[੧] ਘੜਾ ਰੌਲਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਜਿਹੜਾ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਕਦਾਚਿਤ ਆਵਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।"(ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਣਹੀਨ ਫਾਲਤੂ ਗਲਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਣਵਾਨ ਅਡੋਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।)

Says Kabeer, the empty[1] pitcher makes noise, but that which is full makes no sound.(A person without any merit talks more, but one with virtue keeps poise.)

੨੦..ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ॥(ਪੰਨਾ ੯੧੮)

lub lobh ahn(n)kaar thaj thrisunaa, buhuth naahee bolunaa (ਪੰਨਾ ੪੭੩)

(ਭਗਤ) ਲਾਲਚ, ਲੋਭ, ਹੰਕਾਰ ਤੇ (ਮਾਇਆ ਦੀ) ਖਾਹਿਸ਼ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਾਧੂ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦੇ।

They (saints) renounce greed, avarice,egotism and desire (for worldly goods); they do not talk too much.

੨੧.ਇਕਿ ਕਹਿ ਜਾਣਹਿ ਕਹਿਆ ਬੁਝਹਿ ਤੇ ਨਰ ਸੁਘੜ[੧] ਸਰੂਪ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੬)

eik kehi jaanehi kehiaa bujhehi thae nur sughurr[1] suroop ।

ਕਈ ਐਸੇ ਹਨ ਜੋ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਤੇ ਜੋ ਕੁਝ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਵੀ ਹਨ। ਉਹ ਜੀਵ ਸੁੱਚਜੇ[੧] ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਹਨ।
Some know how to speak and understand what they are told. They are wise[1] and beauteous.

# CREATION-ਉਤਪਤੀ

੧.ਧਰਤੀ ਹੋਰੁ ਪਰੈ ਹੋਰੁ ਹੋਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੩)dhhuruthee hor purai hor hor।
ਇਸ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੋਰ ਕਈ ਧਰਤੀਆਂ ਹਨ।
There are worlds upon worlds,beneath,beyond.

੨.ਕੀਤਾ ਪਸਾਉ[2] ਏਕੋ ਕਵਾਉ[1]॥ਤਿਸ ਤੇ ਹੋਏ ਲਖ ਦਰੀਆਉ॥(ਪੰਨਾ ੩)
keethaa pusaao[2] eaeko kuvaao[1 1] this thae hoeae lukh dhureeaao।
(ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਨੇ ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ[1] ਨਾਲ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਖਿਲਾਰਾ[2] ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ (ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ) ਲੱਖਾਂ ਦਰਿਆ ਵਗਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ। (God) created the world's expanse[2] with a single world[1] and thereby myriad of rivers (of life) began to flow.

੩.ਜਾ ਕਰਤਾ ਸਿਰਠੀ[1] ਕਉ ਸਾਜੇ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਸੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੪)
jaa kuruthaa sirut(h)ee[1] k o saajae aapae jaanai soee।
ਸਿਰਜਣਹਾਰ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਨੇ ਜਗਤ[1] ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਰਚਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।
When the Creator created the world[1],He alone knows it.

੪. ਪਾਤਾਲਾ ਪਾਤਾਲ ਲਖ ਆਗਾਸਾ[1] ਆਗਾਸ॥(ਪੰਨਾ ੫)
paathaalaa paathaal lukh aagaasaa[1]aagaas।
ਪਾਤਾਲਾਂ ਦੇ ਹੇਠ ਹੋਰ ਲੱਖਾਂ ਪਾਤਾਲ ਹਨ ਤੇ ਆਕਾਸ਼ਾਂ[1] ਦੇ ਉੱਤੇ ਹੋਰ ਲੱਖਾਂ ਆਕਾਸ਼ ਹਨ।
There are hundreds of nether worlds below the nether worlds and so are skies[1] beyond skies.

੫.ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ॥ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ॥
ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮ ਸਾਲ॥(ਪੰਨਾ ੭)
raathee ruthee thhithee vaar। puvun paanee agunee paathaal।
this vich dhhuruthee thhaap rukhee dhhurum saal]
(ਰੱਬ ਨੇ) ਰਾਤਾਂ, ਮੌਸਮ ਚੰਦ ਦੇ ਦਿਨ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਦਿਨ ਤੇ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ,ਅੱਗ ਤੇ ਪਾਤਾਲ (ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ) ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਧਰਮ ਕਮਾਣ ਦੇ ਸਥਾਨ ਵਜੋਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ।
(God created) nights, seasons,lunar days,week days,wind,fire and nether land. In the midst of these, He established earth for practicing religion.

੬.ਸਾਚੇ[1] ਤੇ ਪਵਨਾ ਭਇਆ ਪਵਨੈ ਤੇ ਜਲੁ ਹੋਇ॥
ਜਲ ਤੇ ਤ੍ਰਿਭਵਣੁ[2] ਸਾਜਿਆ ਘਟਿ ਘਟਿ[3] ਜੋਤਿ ਸਮੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੯)
saachae[1] thae puvunaa bhaeiaa puvunai thae jul hoe।
jul thae thribhuvun[2] saajiaa ghatt ghatt[3] joth sumoe।
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ[1] ਤੋਂ (ਸੂਖਮ ਤੱਤ) ਹਵਾ ਬਣੀ ਤੇ ਹਵਾ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਬਣਿਆ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਜਹਾਨ[2] ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ। ਹਰ ਦਿਲ[3] ਵਿਚ ਰੱਬ ਦਾ ਨੂਰ ਸਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।
From the True One[1] came wind and from wind came water. From water sprang three worlds[2] and the Lord infused His light in every heart.[3]

੭.ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਧਰਤੀ ਸਾਜੀਐ ਚੰਦੁ ਸੂਰਜੁ ਦੁਇ ਦੀਵੇ॥(ਪੰਨਾ ੮੩)
thudhh aapae dhhuruthee saajeeai ch(n)dh sooruj dhue dheevae।

ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਤੂੰ ਆਪੇ ਹੀ ਧਰਤੀ ਬਣਾਈ ਹੈ ਤੇ (ਇਸ ਦੇ ਲਈ) ਚੰਦ ਤੇ ਸੂਰਜ ਦੋ ਦੀਵੇ ਬਣਾਏ ਹਨ।
O God! You Yourself created the earth and two lamps of the moon and sun.

੮.ਅਨਿਕ ਬਿਸਥਾਰ[੨] ਏਕ ਤੇ ਭਏ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੨੯੯) anik bisuthhaar [2]eaek thae bheae[1]
ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਜਗਤ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਿਲਾਰੇ[੨] ਹੋਏ ਹਨ[੧]।
From the Lord, there have been[1] innumerable expansions[2].

੯.ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਉਪਾਇਓਨਿ[੧] ਤਦਹੁ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੫੦੯)
aapunaa aap oupaaeioun[1] thudhuhu hor n koee।
ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ[੧] ਤਦੋਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਸੀ।
When the Lord created[1]His Own self, there was none else.

੧੦.ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੯੨੧)
eae sureeraa maeriaa hart hum mehi joth rukhee thaa thoo jug meh iaaeiaa।
ਹੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਤੇਰੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਟਿਕਾਇਆ ਤਦ ਤੂੰ ਇਸ ਜਹਾਨ ਵਿਚ ਆਇਆ।
O my body! God placed His light into you and then you came into this world.

੧੧.ਬ੍ਰਹਮਾ ਬਿਸਨੁ ਮਹੇਸੁ ਦੇਵ ਉਪਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੭੯)
brehumaa bison mehaes dhaev oupaaeiaa।
ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਆਪ ਹੀ ਬ੍ਰਹਮਾ, ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਤੇ ਸ਼ਿਵ(ਤਿੰਨ ਦੇਵਤੇ) ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ।
The Lord Himself created Brahma, Vishnu and Shiva like gods.

੧੨.ਖੰਡ ਪਤਾਲ ਅਸੰਖ ਮੈ ਗਣਤ ਨ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੨
khu(n)dd puthaal asu(n)kh mai gunuth n hoee।
(ਇਸ ਧਰਤੀ ਦੇ) ਅਣਗਿਣਤ ਮਹਾਂਦੀਪ ਤੇ ਪਾਤਾਲ ਹਨ ਜੋ ਮੈਥੋਂ ਗਿਣੇਂ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ।
Countless are the continents and the under-worlds. I can't count them.

੧੩.ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਭ ਉਪਾਈ ਜੀ ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸਿਰਜਿ ਸਭ ਗੋਈ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੧੧)
thudhh aapae srisatt subh oupaaee jee thudhh aapae siraj subh goee[1]
(ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!)ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤੇ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਆਪ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ[੧] ਕਰ ਦੇਵੇਂਗਾ।
(O God!)You Yourself created the entire universe and and having fashioned it, You Yourself shall destroy[1] it all.

੧੪.ਕਈ ਬਾਰ ਪਸਰਿਓ[੧] ਪਾਸਾਰ ॥ਸਦਾ ਸਦਾ ਇਕੁ ਏਕੰਕਾਰ ॥(ਪੰਨਾ ੨੭੬
kee baar pasariou[1] paasaar |sadhaa sadhaa eik eaekankaar |
ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਕਈ ਵਾਰ ਜਗਤ ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ[੧]ਹੈ, (ਮੁੜ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮੇਟ ਕੇ) ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਆਪ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
So many times, He has expanded[1] His expansion. Forever and ever, the Unique Lord remains the same.

15.ਅਰਬਦ ਨਰਬਦ[੧]ਧੁੰਧੂਕਾਰਾ ॥ਧਰਣਿ ਨ ਗਗਨਾ[੨] ਹੁਕਮੁ ਅਪਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੩੫)
arabadh narabadh[1] dhundhookaaraa | dharan n gaganaa[2] hukam apaaraa |
(ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ) ਬੇਅੰਤ ਸਮਾਂ[੧] ਘੁਪ ਹਨੇਰਾ ਸੀ।ਤਦੋਂ ਜ਼ਮੀਨ ਜਾਂ ਆਸਮਾਨ[੨] ਨਹੀਂ ਸੀ।ਤਦੋਂ ਕੇਵਲ ਬੇਅੰਤ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੀ ਚਲ ਰਿਹਾ ਸੀ।

For endless ages[1], there was only utter darkness. There was no earth or sky[2]; there was only the infinite Lord's Will.

16.ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਪਾਤਾਲ ਅਰੰਭੇ ਗੁਪਤਹੁ[੧] ਪਰਗਟੀ ਆਇਦਾ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੩੬)

khandd brehamandd paathaal aranbhae gupathahu[1] paragattee aaeidhaa |

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਮਹਾਂਦੀਪ, ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਤੇ ਪਾਤਾਲ ਆਦਿ ਬਣਾਏ ਅਤੇ ਆਪ ਹੀ ਨਿਰਗੁਣ[੧] ਸਰੂਪ ਤੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ।

He formed the planets, solar systems and nether regions. From the absolute[1] self He became manifest.

17.ਸੁੰਨਹੁ[੧] ਬ੍ਰਹਮਾ ਬਿਸਨੁ ਮਹੇਸੁ ਉਪਾਏ ॥ਸੁੰਨੇ ਵਰਤੇ ਜੁਗ ਸਬਾਏ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੩੭)

sunnahu[1] brehamaa bisan mehaes oupaaeae |sunnae varathae jug sabaaeae | ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਬ੍ਰਹਮਾ ,ਵਿਸ਼ਨੂ ਤੇ ਸ਼ਿਵ ਨੂੰ ਨਿਰੋਲ ਆਪਣੇ ਆਪ[੧] ਤੋਂ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ।ਸਾਰੇ ਯੁਗ ਨਿਰਗੁਣ ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਹੀ ਪੈਦਾ ਹੋਏ।

From this Absolute[1]Lord came Brahma, Vishnu and Shiva . From His Absolute Self came forth all the ages.

18.ਕੇਤੜਿਆ ਦਿਨ ਸੁੰਨ ਸਮਾਇਆ॥
ਕੇਤੜਿਆ ਦਿਨ ਧੁੰਧੂਕਾਰਾ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਪਰਗਟੜਾ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੮੧)

kaetharriaa dhin sunn samaaeiaa |
kaetharriaa dhin dhundhookaaraa aapae karathaa paragattarraa |
ਅਨੇਕਾਂ ਦਿਨ ਪ੍ਰਭੂ ਅਫੁਰ ਅਵਸਥਾ ਅੰਦਰ ਟਿਕਿਆ ਰਿਹਾ।ਬੇਅੰਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਅਨ੍ਹੇਰਾ ਘੁਪ ਸੀ,ਫਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ।

For so many days, He remained absorbed in His great silence. For so many days, there was only pitch darkness, and then the Creator revealed Himself.

.

# DEATH--ਮੌਤ

੧. ਧੰਨੁ ਸਿਰੰਦਾ[1] ਸਚਾ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਜਿਨਿ ਜਗੁ ਧੰਧੈ ਲਾਇਆ॥
ਮੁਹਲਤਿ ਪੁਨੀ ਪਾਈ ਭਰੀ[2] ਜਾਨੀਅੜਾ ਘਤਿ ਚਲਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ ੫੭੮)

dhann sirandhaa[1] sachaa paathisaahu jin jag dhandhai laaeiaa |
muhalath punee paaee bharee[2] jaaneearraa ghath chalaaeiaa |
ਉਹ ਸੱਚਾ ਪਾਤਸ਼ਾਹ[1] (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਧੰਨ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਾਜ ਵਿਚ ਲਾਇਆ ਹੈ ।ਜਦੋਂ ਉਮਰ ਦਾ ਸਮਾਂ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਵਾਸਾਂ ਦੀ ਪੜੋਪੀ ਭਰ[2] ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਪਿਆਰੀ ਆਤਮਾ ਫੜ ਕੇ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਧੱਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Blessed is the Creator[1], the True King, who has linked the whole world to its tasks. When one's time is up, and the measure is full[2], this dear soul is caught, and driven off.

੨.ਸਾਹਿਬੁ ਸਮ੍ਹਾਲਿਹ[1] ਪੰਥੁ ਨਿਹਾਲਿਹ[2] ਅਸਾ ਭਿ ਓਥੈ ਜਾਣਾ ॥
ਜਿਸ ਕਾ ਕੀਆ ਤਿਨ ਹੀ ਲੀਆ ਹੋਆ ਤਿਸੈ ਕਾ ਭਾਣਾ ॥ (ਪੰਨਾ ੫੭੯)

saahib samaalih[1] panth nihaalih[2] asaa bh outhai jaanaa |
jis kaa keeaa thin hee leeaa hoaa thisai kaa bhaanaa |
ਆਓ, ਅਸੀਂ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਾਈਏ[1], ਤੇ ਉਸ ਰਸਤੇ ਨੂੰ ਤੱਕੀਏ[2] (ਜਿਸ ਰਸਤੇ ਸਭ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ) । ਅਸਾਂ ਭੀ (ਆਖ਼ਿਰ) ਉਸ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਹੈ ।(ਕਿਸੇ ਦੇ ਮਰਨ ਤੇ ਰੋਣਾ ਵਿਅਰਥ ਹੈ) ਜਿਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਇਹ ਜੀਵ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਉਸੇ ਨੇ ਜਿੰਦ ਵਾਪਸ ਲੈ ਲਈ ਹੈ, ਉਸੇ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਹੋਈ ਹੈ ।

Let us remember[1] the Lord and Master in contemplation, and keep a watchful eye[2] on the Path. We shall have to go there as well. He who has created, also destroys; whatever happens is by His Will.

੩.ਸਭਨਾ ਮਰਣਾ ਆਇਆ ਵੇਛੋੜਾ ਸਭਨਾਹ ॥ (ਪੰਨਾ ੫੯੫)

sabhanaa maranaa aaeiaa vaeshorraa sabhanaah |
ਮੌਤ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਹੈ।

Death comes to all, and all must suffer separation from this world.

੪.ਜਲ ਕੀ ਭੀਤਿ[1] ਪਵਨ ਕਾ ਥੰਭਾ ਰਕਤ ਬੁੰਦ[2] ਕਾ ਗਾਰਾ ॥
ਹਾਡ ਮਾਸ ਨਾੜੀ ਕੋ ਪਿੰਜਰੁ ਪੰਖੀ ਬਸੈ ਬਿਚਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ ੬੫੯)

jal kee bheeth[1] pavan kaa thanbhaa rakath bundh[2] kaa gaaraa |
haadd maas naarraaee ko pinjar pankhee basai bichaaraa |
ਇਹ ਸਰੀਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕੰਧ[1] ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਹਵਾ(ਸੁਆਸਾਂ) ਦੇ ਥੰਮ੍ਹਲੇ ਨੇ ਥੰਮ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ,ਮਾਂ ਦੇ ਲਹੂ ਤੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਵੀਰਜ[2] ਦਾ ਗਾਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਹਡੀਆਂ,ਮਾਸ ਤੇ ਨਾੜੀਆਂ ਦਾ ਢਾਂਚਾ ਹੈ।ਇਸ ਵਿਚ ਵਿਚਾਰਾ ਜੀਵ ਪੰਛੀ ਵਸ ਰਿਹਾ ਹੈ।

The body is a wall[1] of water, supported by the pillars of air; the egg and sperm[2] are the mortar. The framework is made up of bones, flesh and veins; the poor soul-bird dwells within it.

੫.ਪਵਨੈ[1] ਮਹਿ ਪਵਨੁ ਸਮਾਇਆ ॥ਜੋਤੀ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਲਿ ਜਾਇਆ ॥
ਮਾਟੀ ਮਾਟੀ ਹੋਈ ਏਕ ॥ਰੋਵਨਹਾਰੇ ਕੀ ਕਵਨ ਟੇਕ ॥(ਪੰਨਾ ੮੮੫)

pavanai[1] mehi pavan samaaeiaa | jothee mehi joth ral jaaeiaa |
maattee maattee hoee eaek | rovanehaarae kee kavan ttaek |
(ਮਰਣ ਤੇ)ਸੁਆਸ ਹਵਾ[1] ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਆਤਮਾ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਸਰਬ ਵਿਅਪਕ ਜੋਤ ਨਾਲ ਜਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।ਸਰੀਰ ਦੀ

ਮਿੱਟੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਨਾਲ ਜਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਰੋਵਣ ਵਾਲਾ ਕਾਹਦੇ ਲਈ ਰੋਂਦਾ ਹੈ?

The wind[1] merges into the wind. The light blends into the light. The dust becomes one with the dust. What support is there for the one who is lamenting?

੬.ਕਉਨੁ ਮੂਆ ਰੇ ਕਉਨੁ ਮੂਆ ॥
ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਮਿਲਿ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰਾ ਇਹੁ ਤਉ ਚਲਤੁ [1]ਭਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ ੮੮੫)

koun mooaa rae koun mooaa |
breham giaanee mil karahu beechaaraa eihu tho chalath[1] bhaeiaa |
ਹੇ ਭਾਈ !ਕੌਣ ਮਰ ਗਿਆ ਹੈ?ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਰਖਣ ਵਾਲਿਓ, ਮਿਲ ਕੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਲਵੋ। ਇਹ(ਜੰਮਣਾ ਮਰਨਾ) ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਇੱਕ ਖੇਡ[1] ਹੈ।

Who has died? O, who has died? O God-realized beings, meet together and consider this. What a wondrous[1] thing has happened!

੭.ਕਹਾ ਤੇ ਆਵੈ ਕਹਾ ਇਹੁ ਜਾਵੈ ਕਹਾ ਇਹੁ ਰਹੈ ਸਮਾਈ ॥----
ਹੁਕਮੇ ਆਵੈ ਹੁਕਮੇ ਜਾਵੈ ਹੁਕਮੇ ਰਹੈ ਸਮਾਈ ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੩)

kehaa thae aavai kehaa eihu jaavai kehaa eihu rehai samaaee |-----
hukamae aavai hukamae jaavai hukamae rehai samaaee |
ਇਹ ਜੀਵ ਕਿਥੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿੱਥੇ ਲੀਨ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ?ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੀ ਤੁਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਅੰਦਰ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

"Where does one come from? Where is one going? Where will one be absorbed? By His Command one comes and by His Command one goes; by His Command, one merges in absorption.

੮.ਉਦਕ[1] ਸਮੁੰਦ ਸਲਲ[1] ਕੀ ਸਾਖਿਆ[2] ਨਦੀ ਤਰੰਗ ਸਮਾਵਹਿਗੇ ॥
ਸੁੰਨਹਿ[3] ਸੁੰਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਮਦਰਸੀ[4] ਪਵਨ ਰੂਪ ਹੋਇ ਜਾਵਹਿਗੇ ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੩)

oudhak[1] samundh salal[1] kee saakhiaa[2] nadhee tharang samaavehigae |
sunnehi[3] sunn miliaa samadharasee[4] pavan roop hoe jaavehigae |
ਪਾਣੀ[1] ਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਪਾਣੀ[1] ਅਤੇ ਲਹਿਰਾਂ ਦਾ ਦਰਿਆ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਵਾਂਗ[2] ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਵਾਂ ਗਾ।ਪਰਮ ਆਤਮਾ[3] ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਮੇਰੀ ਆਤਮਾ ਹਵਾ ਵਾਂਗ ਪੱਖਪਾਤ ਰਹਿਤ[4] ਹੋ ਜਾਵੇ ਗੀ।

Like water in the water[1] of the ocean, and like[2] waves in the stream, I will merge in the Lord. Merging my being into the Absolute Being[3] of God, I will become impartial[4] and transparent, like the air.

9.ਘਲੇ ਆਵਹਿ ਨਾਨਕਾ ਸਦੇ ਉਠੀ ਜਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੨੩੯)

ghalae aavehi naanakaa sadhae outhee jaahi |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਜੀਵ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਭੇਜੇ ਹੋਏ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਬੁਲਾਏ ਹੋਏ ਇਥੋਂ ਤੁਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Those who are sent, come, O Nanak; when they are called back, they depart and go.

10.ਮਰਣਿ ਨ ਮੂਰਤੁ ਪੁਛਿਆ ਪੁਛੀ ਥਿਤਿ ਨ ਵਾਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੨੪੪)

maran n moorath pushiaa pushee thith n vaar |
ਮੌਤ ਕਦੇ ਵੇਲਾ ਨਹੀਂ ਪੁਛਦੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਪੁਛਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਕਿਹੜੀ ਥਿਤ ਜਾਂ ਕਿਹੜਾ ਵਾਰ ਹੈ।

Death does not ask the time; it does not ask the date or the day of the week.

11. ਮਰਣੁ ਲਿਖਾਇ ਮੰਡਲ[੧] ਮਹਿ ਆਏ ॥ਕਿਉ ਰਹੀਐ ਚਲਣਾ ਪਰਥਾਏ [੨]॥ (ਪੰਨਾ ੧੦੨੨)

maran likhaae manddal[1]mehi aaeae |kio reheeai chalanaa parathaaeae [2]|

ਜੀਵ ਮੌਤ ਲਿਖਾ ਕੇ ਹੀ ਇਸ ਸੰਸਾਰ[੧]ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਥੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ?ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਲੋਕ[੨] ਜਾਣਾ ਹੀ ਪੈਣਾ ਹੈ।

With their death already ordained, mortals come into this world[1]. How can they remain here? They have to go to the world beyond[2].

12. ਹੁਕਮੇ ਆਇਆ ਹੁਕਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੦੩੭) hukamae aaeiaa hukam samaaeiaa |

ਜੀਵ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਉਸ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

By His Command mortal comes, and by His command merges into Him again.

੧੩.ਗੁਣਦਾਤਾ[੧] ਵਰਤੈ ਸਭ ਅੰਤਰਿ ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਲਿਖਦਾ ਸਾਹਾ ਹੇ ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੫੫)

gunthaa[1] varathai sabh anthar sir sir likhadhaa saahaa hae |adhaa

ਗੁਣ ਬਖਸ਼ਣ ਵਾਲਾ[੧]ਪ੍ਰਭੂ ਸਾਰੇ ਜਿਵਾਂ ਵਿਚ ਵਸ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆ ਸਿਰਾਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਆਹ(ਮੌਤ)ਦਾ ਸਮਾਂ ਲਿਖਦਾ ਹੈ।

The Giver of virtue[1] is pervading deep within the nucleus of all beings; He inscribes the time of destiny upon each and every person's head.

੧੪.ਕਉਤਕੁ[੧] ਕਾਲੁ ਇਹੁ ਹੁਕਮਿ ਪਠਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੦੮੧)

kouthak[1] kaal eihu hukam pathaaeiaa |

ਇਹ ਮੌਤ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਇੱਕ ਖੇਲ[੧] ਹੈ ,ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਜਗਤ ਵਿਚ ਭੇਜੀ ਹੈ। ।

You issue Your Command for this amazing thing[1], death.

੧੫.ਬੰਧਿ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਪ੍ਰਭ ਭਾਇਆ ਨਾ ਦੀਸੈ ਨਾ ਸੁਣੀਐ ॥
ਆਪਣ ਵਾਰੀ ਸਭਸੈ ਆਵੈ ਪਕੀ ਖੇਤੀ ਲੁਣੀਐ[੧] ॥ (ਪੰਨਾ ੧੧੧੦)

bandh chalaaeiaa jaa prabh bhaaeiaa naa dheesai naa suneeai |
aapan vaaree sabhasai aavai pakee khaethee luneeai[1] |

ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੀਵ ਨੂੰ ਪਕੜ ਕੇ ਅਗੇ ਤੋਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦੋਂ ਜੀਵ ਨੂੰ ਨਾ ਕੁੱਝ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਦਿਸਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਜੀਵ ਦੀ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ,ਜਿਵੇਂ ਪੱਕੀ ਹੋਈ ਫਸਲ ਵੱਢ ਲਈ[੧] ਜਾਂਦੀ ਹੈ

Mortal shall be bound and gagged, when it pleases God; he will not see or hear it coming. All will have their turn; the crop ripens, and then it is cut down[1].

੧੬. ਕਾਲੁ ਚਲਾਏ ਬੰਨਿ ਕੋਇ ਨ ਰਖਸੀ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੯੦) kaal chalaaeae bann koe n rakhasee |

ਜਦੋਂ ਮੌਤ ਜੀਵ ਨੂੰ ਪਕੜ ਕੇ ਤੋਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਇਸ ਨੂੰ ਬਚਾਅ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

When the mortal is bound and gagged by Death ,and lead away; no one can rescue him.

੧੭.ਜਿਤੁ ਦਿਹਾੜੈ ਧਨ[੧] ਵਰੀ[੨] ਸਾਹੇ ਲਏ ਲਿਖਾਇ ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੭੭)

jith dhihaarrai dhan[1] varee[2] saahae leae likhaae |

ਜਿਸ ਦਿਨ (ਜੀਵ)ਇਸਤ੍ਰੀ[੧] ਵਿਆਹੀ[੨] ਜਾਵੇਗੀ (ਮਰੇ ਗੀ), ਉਹ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਨੀਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

The day of the bride's[1] (mortal's)wedding [2] (death)is per-ordained.

# DEEDS----ਕੰਮ

੧.ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੭) karamee karamee hoe veechaar |
(ਜੀਵਾਂ ਦਾ) ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ ਤੇ ਅਮਲਾਂ ਅਨੁਸਾਰ (ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ) ਫੈਸਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
By their deeds and their actions, they (mortals)shall be judged.

੨.ਈਹਾ ਖਾਟਿ ਚਲਹੁ ਹਰਿ ਲਾਹਾ[੧] ਆਗੈ ਬਸਨੁ ਸੁਹੇਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੩)
eehaa khaatt chalahu har laahaa[1] aagai basan suhaelaa |
(ਹੇ ਜੀਵ) ਜੇ ਇਸ ਜਨਮ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਖੱਟੀ[੧] ਖੱਟ ਕੇ ਕੂਚ ਕਰੇਂਗਾ ਤਾਂ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਸੁਖੀ ਰਹੇਂ ਗਾ।
In this world, earn the profit[1]of the Lord's Name, hereafter, you shall dwell in peace.

੩ .ਅੰਤਰਿ ਬਹਿ ਕੈ ਕਰਮ ਕਮਾਵੈ ਸੋ ਚਹੁ ਕੁੰਡੀ[੧] ਜਾਣੀਐ ॥ (ਪੰਨਾ੧੩੮)
anthar behi kai karam kamaavai so chahu kunddee[1] jaaneeai |
ਮਨੁੱਖ ਜੋ ਕੰਮ ਅੰਦਰ ਬੈਠ ਕੇ( ਲੁਕ ਕੇ) ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇਂ[੧] (ਹਰ ਥਾਂ) ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
The deeds which one commits, while sitting in one's own home, are known far and wide[1], in the four directions.

੪.ਜੋ ਧਰਮੁ ਕਮਾਵੈ ਤਿਸੁ ਧਰਮ ਨਾਉ ਹੋਵੈ ਪਾਪਿ ਕਮਾਣੈ ਪਾਪੀ ਜਾਣੀਐ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੩੮)
jo dharam kamaavai this dharam naao hovai paap kamaanai paapee jaaneeai |
ਜੋ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਧਰਮੀ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੰਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਬੁਰਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
One who lives righteously is known as righteous; one who commits sins is known as a sinner.

੫.ਜੈਸਾ ਬੀਜੈ ਤੈਸਾ ਖਾਵੈ ॥(ਪੰਨਾ ੩੬੬) jaisaa beejai thaisaa khaavai |
ਜੀਵ ਜਿਹੋ ਜਿਹਾ ਬੀਜ ਬੀਜਦਾ ਹੈ ਉਹੋ ਜਿਹਾ ਫਲ ਹਾਸਲ ਕਰਦਾਹੈ।
As the mortal plants, so shall he harvest.

੬.ਕਲਰਿ ਖੇਤੀ ਬੀਜੀਐ ਕਿਉ ਲਾਹਾ ਪਾਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੪੧੯)
kalar khaethee beejeeai kio laahaa paavai |
ਜੇ ਸ਼ੋਰੇ ਵਾਲੀ ਜ਼ਮੀਨ ਬੀਜੇ ਜਾਵੇ ਤਾਂ (ਕਿਸਾਨ ) ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ।
Planting the seeds in the rocky soil, one cannot reap a profit.

੭.ਮੰਦਾ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕੀਤਾ ਪਾਵਣਾ ॥ (ਪੰਨਾ ੪੭੦)
mandhaa changaa aapanaa aapae hee keethaa paavanaa |
ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਭਲੇ ਬੁਰੇ ਕੰਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਆਪ ਹੀ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
He obtains the rewards of his good and bad deeds.

੮.ਮੰਦਾ ਮੂਲਿ ਨ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲੀਐ ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੪)
mandhaa mool n keechee dhae lanmee nadhar nihaaleeai |
ਮਾੜਾ ਕੰਮ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਡੂੰਘੀ (ਵਿਚਾਰ ਵਾਲੀ) ਨਜ਼ਰ ਮਾਰ ਕੇ ਵੇਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
Do not do any evil at all; look ahead to the future with foresight.

੯.ਸੁਕ੍ਰਿਤ[1] ਮਨਸਾ[2] ਗੁਰ ਉਪਦੇਸੀ ਜਾਗਤ ਹੀ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ॥(ਪੰਨਾ ੪੮੫)

sukirath[1]manasaa[2] gur oupadhaesee jaagath hee man maaniaa |
ਗੁਰੂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗੇ ਕੰਮ[1] ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ[2] ਧਾਰਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਤੇ ਮੇਰੇ ਸੁਚੇਤ ਮਨ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਬੂਲ ਕਰ ਲਿਆ।

The Guru instructed me to try to do[2] good deeds[1], and my awakened mind accepted this.

੧੦.ਕਰਿ ਆਚਾਰੁ[1] ਸਚੁ ਸੁਖੁ ਹੋਈ ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੧) kar aachaar[1] sach sukh hoee |
ਨੇਕ ਕੰਮ[1]ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਸੱਚਾ ਆਰਾਮ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

Living a righteous[1]lifestyle, true peace is found.

੧੧.ਕਰਣੀ ਬਾਝਹੁ ਭਿਸਤਿ[1] ਨ ਪਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ ੯੫੨) karanee baajhahu[1] bhisath n paae |
ਚੰਗੇ ਅਮਲਾਂ ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ ਸਵਰਗ[1] ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

Without good actions, heaven[1] is not attained.

੧੨.ਕਰਣੀ ਉਪਰਿ ਹੋਇ ਤਪਾਵਸੁ[1] ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਾਏ ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੩੮)

karanee oupar hoe thapaavas[1] jae ko kehai kehaaeae |
ਜੋ ਕੁੱਝ ਵੀ ਕੋਈ ਆਖਦਾ ਹੈ ਪਿਆ ਆਖੇ, (ਅਸਲ ਵਿਚ) ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕੀਤੇ ਅਮਲਾਂ ਤੇ ਹੀ ਨਿਆਂ[1] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

By past actions, each being is judged[1]; one can say what one likes.

੧੩.ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਸਚੁ ਕਰਣੀ ਸਾਰ[1] ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੯੯) naanak dhaas sach karanee saar[1] |
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਕੇਵਲ ਸੱਚਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨਾ ਹੀ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ[1] ਕੰਮ ਹੈ। O slave Nanak, meditation is excellent[1].

੧੪.ਫਰੀਦਾ ਜਿਨ੍ਹੀ ਕੰਮੀ ਨਾਹਿ ਗੁਣ ਤੇ ਕੰਮੜੇ ਵਿਸਾਰਿ ॥
ਮਤੁ ਸਰਮਿੰਦਾ ਥੀਵਹੀ ਸਾਂਈ ਦੈ ਦਰਬਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੩)

fareedhaa jinaee kanmee naahi gun thae kanmarrae visaar |
math saramindhaa theevehee saaee dhai durubaar|
ਹੇ ਫਰੀਦ! ਉਹ ਕੋਝੇ ਕੰਮ ਛੱਡ ਦੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ (ਜਿੰਦ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ) ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਮਤਾਂ ਖਸਮ (ਪਰਮਾਤਮਾ) ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੋਣਾ ਪਏ ।

Fareed, forget about those deeds which do not bring merit. Otherwise, you shall be put to shame, in the Court of the Lord.

੧੫.ਫਰੀਦਾ ਅਮਲ ਜਿ ਕੀਤੇ ਦੁਨੀ ਵਿਚਿ ਦਰਗਹ ਆਏ ਕੰਮਿ ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੩)

fareedhaa amal j keethae dhunee vich dharageh aaeae kanm |
ਹੇ ਫਰੀਦ!(ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ) ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਉਹੀ (ਭਲੇ) ਕੰਮ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ(ਰਹਿ ਕੇ) ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Fareed, only good deeds done in the world will be of any use in the Court of the Lord.

੧੬.ਦਦੈ ਦੋਸੁ ਨ ਦੇਊ ਕਿਸੈ ਦੋਸੁ ਕਰੰਮਾ ਆਪਣਿਆ ॥
ਜੋ ਮੈ ਕੀਆ ਸੋ ਮੈ ਪਾਇਆ ਦੋਸੁ ਨ ਦੀਜੈ ਅਵਰ[1] ਜਨਾ ॥(ਪੰਨਾ ੪੩੩)

dhadhai dhos n dhaeoo kisai dhos karanmaa aapaniaa |
jo mai keeaa so mai paaeiaa dhos n dheejai avar[1] janaa |
ਭੈੜ ਆਪਣੇ ਹੀ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਿਸੇ[1] ਤੇ ਇਲਜ਼ਾਮ ਨਾ ਲਗਾ। ਜਿਹੋ ਜਿਹਾ ਕੰਮ ਮੈਂ ਕੀਤਾ ਹੈ,ਉਹੋ ਜਿਹਾ ਫਲ ਮੈਂ ਪਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਾ ਕਸੂਰ ਨਾ ਸਮਝ।

Do not blame anyone else; your own actions are to be blamed. Whatever I did, for that I have suffered; do not blame anyone else[1].

੧੭.ਦੋਸੁ ਨ ਦੀਜੈ ਕਾਹੂ ਲੋਗ ॥ਜੋ ਕਮਾਵਨੁ ਸੋਈ ਭੋਗ ॥(ਪੰਨਾ੮੮੮)

dhos n dheejai kaahoo log | jo kamaavan soee bhog |
ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤੇ ਇਲਜ਼ਾਮ ਨਹੀਂ ਲਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੀਵ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਫਲ ਭੋਗਦਾ ਹੈ।

Don't blame others; as you plant, so shall you harvest.

18.ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥(ਪੰਨਾ ੯੧੮)

aisaa kanm moolae n keechai jith anth pashothaaeeai |
ਜਿਸ ਕੰਮ ਦੇ ਕੀਤਿਆਂ ਆਖਰ ਵਿਚ ਪਛੁਤਾਉਣਾ ਪਵੇ,ਉਹ ਕੰਮ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।

Don't do anything for which you will regret in the end.

੧੯.ਗੁਰਮੁਖਿ ਮਜਨੁ[੧] ਚਜੁ ਅਚਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੯੩੨) guramukh majan[1] chaj achaar |
ਨੇਕ ਬੰਦੇ ਲਈ ਉੱਚਾ ਆਚਰਣ ਹੀ (ਤੀਰਥ) ਇਸ਼ਨਾਨ[੧] ਹੈ।

The Gurmukh's cleansing bath[1] is the performance of good deeds.

੨੦. ਸੁਕ੍ਰਿਤੁ ਕਰਣੀ ਸਾਰੁ ਜਪਮਾਲੀ [੧]॥ ਹਿਰਦੈ ਫੇਰਿ ਚਲੈ ਤੁਧੁ ਨਾਲੀ ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੩੪)

sukirath karanee saar japamaalee[1] | hiradhai faer chalai thudh naalee |
ਚੰਗੇ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਕਰਨਾ ਹੀ ਸਰੇਸ਼ਟ ਮਾਲਾ[੧]ਹੈ। ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰ ਅਤੇ ਇਹ ਤੇਰੇ ਨਾਲ (ਅਗਲੇ ਜਹਾਨ)ਜਾਵੇ ਗੀ।

To do good deeds is the best rosary[1]. Chant on the beads within your heart, and it shall go along with you.

21.ਸਾਚੀ ਕਰਣੀ ਪਤਿ[੧] ਪਰਵਾਣੁ ॥ ਸਾਚੀ ਦਰਗਹ ਪਾਵੈ ਮਾਣੁ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੧੮੮)

saachee karanee path[1] paravaan | saachee dharageh paavai maan |
ਸੱਚ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇੱਜ਼ਤ[੧] ਪਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਕਬੂਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇੱਜ਼ਤ ਪਾਂਦੇ ਹਨ।

Those who practice Truth are honored[1] and accepted. They are honored in the Court of the True Lord.

# DEPENDENCE---ਨਿਰਭਰਤਾ

## ੧.ਓਟ ਤੇਰੀ ਜਗਜੀਵਨਾ ਮੇਰੇ ਠਾਕੁਰ ਅਗਮ[੧] ਅਗਾਧਿ[੨]॥ (ਪੰਨਾ ੨੧੮)

outt thaeree jagajeevanaa maerae thaakur agam[1] agaadh[2] |
ਹੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਆਸਰੇ, ਹੇ ਅਪਹੁੰਚ[੧] ਤੇ ਸਮਝ ਤੋਂ ਉਚੇਰੇ[੨] ਮਾਲਕ !ਤੂੰ ਹੀ ਮੇਰਾ ਆਸਰਾ ਹੈਂ।

You are my Support, O Life of the World; O my Lord and Master, Inaccessible[1] and Incomprehensible[2].

## ੨.ਮਾਨੁਖ ਕੀ ਟੇਕ ਬ੍ਰਿਥੀ[੧] ਸਭ ਜਾਨੁ ॥ ਦੇਵਨ ਕਉ ਏਕੈ ਭਗਵਾਨੁ ॥ (ਪੰਨਾ ੨੮੧)

maanukh kee ttaek brithee[1] sabh jaan | dhaevan ko eaekai bhagavaan |
ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਆਸਰਾ ਬਿਲਕੁਲ ਬੇਫਾਇਦਾ[੧] ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੀ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ।

Reliance on mortals is in vain [1]- know this well. The Great Giver is the One Lord God.

## 3. ਮੇਰੇ ਮਨ ਆਸਾ ਕਰਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰੀਤਮ ਸਾਚੇ ਕੀ ਜੋ ਤੇਰਾ ਘਾਲਿਆ[੧] ਸਭੁ ਥਾਇ ਪਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੮੫੯)

maerae man aasaa kar har preetham saachae kee jo thaeraa ghaaliaa[1] sabh thaae paaee |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ !ਤੂੰ ਸੱਚੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਆਸ ਰਖ, ਉਹ ਤੇਰੀ ਸਾਰੀ ਮਿਹਨਤ[੧] ਸਫਲ ਕਰੇ ਗਾ।

O my mind, place your hopes in the Lord, your True Beloved, who shall approve and reward you for all your efforts[1].

## ੪.ਸਭ ਤਜਹੁ ਦੂਜੀ ਆਸੜੀ[੧] ਰਖੁ ਆਸ ਇਕ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥(ਪੰਨਾ੯੮੬)

sabh thajahu dhoojee aasarree[1] rakh aas eik nirankaar |
ਤੂੰ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਉਮੈਦਾਂ[੧] ਛੱਡ ਦੇ ਤੇ ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰ।

Abandon all other hopes[1], and rest your hopes in the One Formless Lord.

## 5.ਧਿਗੁ[੧] ਤਿਨ੍ਾ ਦਾ ਜੀਵਿਆ ਜਿਨਾ ਵਿਡਾਣੀ[੨] ਆਸ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੩੭੯)

dhig[1] thinaa dhaa jeeviaa jinaa viddaanee[2] aas |
ਜੋ ਲੋਕ ਦੂਜਿਆਂ[੨] ਦੀ ਆਸ ਤੱਕਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਉਣ ਨੂੰ ਫਿਟਕਾਰ[੧] ਹੈ, (ਆਸ ਇਕ ਰੱਬ ਦੀ ਰਖੋ) ।

Cursed[1] are the lives of those who place their hopes in others[2].

## ੬.ਫਰੀਦਾ ਬਾਰਿ[੧] ਪਰਾਇਐ ਬੈਸਣਾ ਸਾਂਈ ਮੁਝੈ ਨ ਦੇਹਿ ॥ ( ਪੰਨਾ ੧੩੮੦)

fareedhaa baar[1] paraaeiai baisanaa saaee mujhai n dhaehi |
ਹੇ ਫਰੀਦ ! (ਆਖ—) ਹੇ ਸਾਂਈਂ ! (ਇਹਨਾਂ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ) ਮੈਨੂੰ ਪਰਾਏ ਬੂਹੇ[੧] ਤੇ ਬੈਠਣ ਨਾਹ ਦੇਈਂ।

Fareed begs, O Lord, do not make me sit at another door[1].

# DESIRE-ਇੱਛਾ

1.ਜਿਉ ਅਗਨਿ ਮਰੈ[੧] ਜਲਿ ਪਾਇਐ ਤਿਉ ਤ੍ਰਿਸਨਾ[੨] ਦਾਸਨਿ[੩] ਦਾਸਿ॥(ਪੰਨਾ ੨੨)

jio agan murai[1] jal paaeiai thio thrisunaa[2] dhaasan[3] dhaas|

ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ ਪਾਇਆਂ ਅੱਗ ਬੁੱਝ[੧] ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਿਵੇਂ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ) ਦਾਸਾਂ[੩] ਦੇ ਦਾਸ (ਨਿਮਰ) ਬਣਿਆਂ ਤ੍ਰਿਸਨਾ[੨] (ਮਰ) ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

As fire is quenched[1] with water, so our desires[2] are annulled by becoming slave[3] of (God's) slaves.(by becoming humble).

2.ਤਨ ਮਹਿ[੧] ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਗਿ ਸਬਦਿ[੨] ਬੁਝਾਈਐ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੭)

thun mehi[1] thrisunaa ag subadh[2] bujhaaeeai |

ਸਰੀਰ (ਦਿਲ) ਅੰਦਰ[੧] ਤਿਸ਼ਨਾ ਅੱਗ ਹੈ ਜੋ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ[੨] (ਨਾਮ) ਨਾਲ ਬੁਝ ਸਕਦੀ ਹੈ।

In[1] (our) heart is the fire of desire which is to be quenched with the Lord's word[2].

3. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਿਰਲੇ[੧] ਹੀ ਕੀ ਬੁਝੀ ਹੇ॥(ਪੰਨਾ ੨੧੩) thrisunaa birulae[1] hee kee bujhee hae |

ਬਹੁਤ ਥੋੜਿਆਂ[੧] ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ (ਦੀ ਅੱਗ) ਬੁਝਦੀ ਹੈ। The desire of only a few[1] is stilled.

੪.ਹਿਰਦੈ[੧] ਜਿਨ੍ ਕੈ ਕਪਟ[੨] ਵਸੈ ਬਾਹਰਹੁ ਸੰਤ ਕਹਾਹਿ॥
ਤ੍ਰਿਸਨਾ[੩] ਮੂਲਿ[੪] ਨ ਚੁਕਈ[੫] ਅੰਤਿ[੬] ਗਏ ਪਛੁਤਾਹਿ[੭]॥(ਪੰਨਾ ੪੯੧)

hirudhai[1] I jinh kai kuputt[2] vusai baahuruhu su(n)th kehaahi |
thrisunaa[3] mool[4] n chukee[5] a(n)th[6] geae pushhuthaahi[7]|

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਦਿਲ[੧] ਵਿਚ ਠੱਗੀ[੨] ਹੈ, ਪਰ ਜੋ ਬਾਹਰਲੇ ਭੇਖ ਨਾਲ ਸੰਤ ਅਖਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ[੩] ਕਦੇ[੪] ਪੂਰੀਆਂ[੫] ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਤੇ ਆਖਰ[੬] ਹੱਥ ਮਲਦੇ[੭] ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਤੁਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

They within whose heart[1] is deceit[2], but are outwardly called saints, their desires[3] are never[4] fulfilled[5] & depart grieving[7] in the end[6].

੫.ਆਸਾ[੧] ਕਰਤਾ[੨] ਜਗੁ[੩] ਮੁਆ ਆਸਾ ਮਰੈ ਨ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੫੧੭)

aasaa[1] kuruthaa[2] jug[3] muaa aasaa murai n jaae |

ਜਗਤ[੩] ਉਮੈਦਾਂ[੧] ਬਣਾ[੨] ਬਣਾ ਕੇ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਉਮੈਦਾਂ ਨਾ ਮਰਦੀਆਂ ਹਨ ਨਾ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

The world[3] dies in building[2] hopes[1], but these hopes neither die nor depart.

6.ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਰਾਚਿ[੧] ਨ ਪਰ[੨] ਘਰਿ ਜਾਵਾ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਨਾਮਿ[੩] ਬੁਝਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੬੩੪)

thrisunaa raach[1] n pur[2] ghar jaavaa thrisunaa naam[3] bujhaaee |

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਫਸ[੧] ਕੇ ਮੈਂ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ) ਕਿਸੇ ਹੋਰ[੨] ਘਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਮੇਰੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ[੩] ਨੇ ਮਿਟਾ ਦਿਤੀ ਹੈ।

Lured[1] by desires, I enter not a stranger`s[2] house. I still my desires through the Lord's Name[3].

੭. ਕਿਆ ਗਭਰੂ[੧] ਕਿਆ ਬਿਰਧਿ[੨] ਹੈ ਮਨਮੁਖ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਭੁਖ ਨ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੬੪੯)

kiaa gubhuroo[1] kiaa biradhh[2] hai munumukh thrisunaa bhukh n jaae |

ਜਵਾਨ[੧] ਹੋਵੇ ਭਾਵੇਂ ਬੁੱਢਾ[੨], ਮਨਮੁਖ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਭੁੱਖ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

Whether young[1] or old[2], the craving of the egocentric is not stilled.

੮.ਏਹੁ ਤਿਸਨਾ[੧] ਵਡਾ ਰੋਗੁ[੨] ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ॥(ਪੰਨਾ ੬੧੯)

eaeh thisunaa[1] vuddaa rog[2] lugaa murun munuhu visaariaa |
ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ[੧] ਦੀ ਵੱਡੀ ਬਿਮਾਰੀ[੨] ਚਿਮੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੌਤ ਨੂੰ ਵੀ ਭੁਲਾ[੩] ਦਿੱਤਾ ਹੈ।
Disease[2] of craving[1] infects the people and they forget[3] death.

੯.ਕਾਹੇ ਮਨ ਤੂੰ ਡੋਲਤਾ[੧] ਹਰਿ[੨] ਮਨਸਾ[੩] ਪੂਰਣਹਾਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੬੫੯)

kaahae mun thoo ddoluthaa[1] har[2] munusaa[3] poorunehaar |
ਹੇ ਮਨ! ਤੂੰ ਕਿਉਂ ਡੋਲਦਾ[੧] ਹੈਂ? ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਇਛਾਵਾਂ[੩] ਪੂਰੀਆਂ[੪] ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ।
O mind! Why do you waver[1]? God[2] is the Fulfiller[4] of desires[3].

੧੦.ਅਗਿਆਨ[੧] ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਇਸੁ ਤਨਹਿ[੨] ਜਲਾਏ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੬੭)

agiaan[1] thrisunaa eis thunehi[2] julaaeae |
(ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਵਲੋਂ ) ਬੇਸਮਝੀ[੧] ਅਤੇ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਇਸ ਸਰੀਰ[੨] ਨੂੰ ਸਾੜਦੀਆਂ ਹਨ।
(Spiritual ) ignorance[1] and desires burn this human body[2] |

੧੧.ਨਾਨਕ ਸਚੇ[੧] ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਕਿਸੈ ਨ ਲਥੀ ਭੁਖ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੯੧)

naanuk suchae[1] naam bin kisai n luthhee bhukh[2] |
ਪ੍ਰਭੂ[੧] ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਇਨਸਾਨ ਦੀ (ਮਾਇਆ ਲਈ) ਭੁੱਖ[੨] ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ॥
Without the True[1] Name, the craving[2] (for material things) of no one is quenched.

੧੨.ਤਿਸਨਾ ਬੁਝੈ ਤਿਪਤਿ[੧] ਹੋਇ ਹਰਿ ਕੈ ਨਾਇ[੨] ਪਿਆਰਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੧੭)

thisunaa bujhai thipath[1] hoe har kai naae[2] piaar |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ[੨] ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਨਾਲ (ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ (ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ) ਦੀ ਅੱਗ ਬੁਝ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਰੱਜ[੧] ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
One's Craving is stilled through the love of God's Name[2] and one gets satisfaction[1].

੧੩. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਗਨਿ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰਾ॥ ਜਲਿ ਜਲਿ ਖਪੈ[੧] ਬਹੁਤੁ ਵਿਕਾਰਾ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੪੪)

thrisunaa agan julai su(n)saaraa | Jal jal khupai[1] buhuth vikaara[2] |
ਜਗਤ (ਮਾਇਆ ਦੀ) ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿਚ ਸੜ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਪਾਪਾਂ[੧] ਦੀ (ਅੱਗ) ਅੰਦਰ ਸੜ ਕੇ ਸੁਆਹ[੨] ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
The world is burning in the fire of desires. It burns and burns, and is destroyed[1] in all its corruption[2].

੧੪.ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੂਝੀ ਅੰਤਰੁ ਠੰਢਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੭੪) thrisunaa boojhee a(n)thur t(h)u(n)data |
ਤ੍ਰਿਸਨਾ (ਦੀ ਅੱਗ) ਬੁਝ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹਿਰਦਾ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
When thirst is stilled, one's inner being is cooled and soothed .

੧੫.ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਪਾਸੁ ਨ ਛੋਡਈ ਬੈਰਾਗੀਅੜੇ॥ ਮਮਤਾ ਜਾਲਿਆ ਪਿੰਡੁ ਵਣਾਹੰਬੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੪)

thrisunaa paas n shhoddee bairaageearae |mumuthaa jaaliaa pi(n)dd vunaahu(n)ba |
ਹੇ ਬੈਰਾਗੀ, ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਜੀਵ ਦਾ ਖਹਿੜਾ ਨਹੀਂ ਛਡਦੀ, ਸਗੋਂ ਮਾਇਆ ਦਾ ਮੋਹ ਜੀਵ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਾੜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
O forsaker! Craving (for worldly materials) does not leave men. One's body is burnt in the fire of worldly attachment.

੧੬.ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਜਲਤ ਨ ਕਬਹੂ ਬੂਝਹਿ ਜੂਐ ਬਾਜੀ ਹਾਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੯੮)

thrisunaa juluth n kubehoo boojhehi jooai baajee haaree |

(ਮਾਇਆ ਦੀ) ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਮਚਦੀ ਅੱਗ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਬੁਝਦੀ ਤੇ (ਮਾਇਆ ਦਾ ਪੁਜਾਰੀ) ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੇਡ ਜੂਏ ਵਿਚ ਹਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

His burning desire is never quenched, and he(a greedy person) loses the game of life in gambling.

17.ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਚਲਤ ਬਹੁ ਪਰਕਾਰਿ॥ ਪੂਰਨ ਹੋਤ ਨ ਕਤਹੁ ਬਾਤਹਿ ਅੰਤਿ ਪਰਤੀ ਹਾਰਿ॥(ਪੰਨਾ੧੨੨੫)

thrisunaa chuluth buhu purukaar |poorun hoth n kuthuhu baathehi a(n)th puruthee haar |

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜੀਵ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਦੌੜ-ਭੱਜ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤੇ ਆਖਰ ਜੀਵ (ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੇਡ) ਹਾਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Desire drives one in so many directions,but it is not fulfilled at all ,and in the end, the mortal loses (the game of life).

੧੮.ਤਿਸਨਾ ਅਗਨਿ ਸਭ ਬੁਝਿ ਗਈ ਜਨ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਉਰਿ[੧] ਧਾਰਿ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੪੧੬)

thisunaa agan subh bujh gee jun naanuk har our[1] dhhar[2] |

ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਦਾਸ ਨਾਨਕ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ,-" ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ[੧] ਵਿਚ ਟਿਕਾਉਣ[੨] ਨਾਲ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਅੱਗ ਬੁਝ ਜਾਂਦੀ ਹੈ"।

The fire of desire is totally extinguished, O servant Nanak, enshrine[2] the Lord within the heart[1].

## DEVOTIONAL SINGING-ਕੀਰਤਨ

੧.ਬਾਬਾ ਜੈ ਘਰਿ[੧] ਕਰਤੇ[੨] ਕੀਰਤਿ[੩] ਹੋਇ॥ ਸੋ ਘਰੁ ਰਾਖੁ[੪] ਵਡਾਈ ਤੋਇ[੫]॥੧॥ਰਹਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੧੨)

baabaa jai ghar[1] kuruthae[2] keerath[3] hoe |so ghur raakh[4] vuddaaee thoe[5] |

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਸ ਘਰ (ਸਤ ਸੰਗ[੧]) ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ[੩] ਸ਼ਲਾਘਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਘਰ (ਸਿਧਾਂਤ) ਦੀ ਰਖਿਆ[੪] ਕਰ। ਇਸ ਵਿਚ ਹੀ ਤੇਰੀ[੫] ਵਡਿਆਈ ਹੈ।

O Brother! Follow[4] the house[1] (system) wherein the praises[3] of the Creator[2] are uttered. In it lies your[5] greatness.

੨.ਸਿਫਤੀ ਗੰਢੁ ਪਵੈ ਦਰਬਾਰਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੩) sifuthee gu(n)dt puvai dhurubaar |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ ਨਾਲ (ਉਸ ਦੇ) ਦਰਬਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਕਾਇਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
Through the Lord's Praise, we establish a bond with His court.

੩.ਨਾਨਕੁ ਕਹੈ ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ ਕਰਿ ਕੀਰਤਨੁ ਹੋਇ ਉਧਾਰੁ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੨੧੪)
Naanuk kehai sun rae munaa kar keeruthun hoe oudhaar
ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਹੇ ਮਨ, ਸੁਣ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦਾ ਰਹੁ।(ਇਸ ਦੀ ਬਰਕਤ ਨਾਲ) ਤੂੰ ਬੰਦ[੧] ਖਲਾਸ ਹੋ ਜਾਵੇਂਗਾ।
Nanak says-“Hearken, O mind, sing the praises of God.(Thus) you will be emancipated[1].”

੪.ਐਸਾ ਕੀਰਤਨੁ ਕਰਿ ਮਨ ਮੇਰੇ॥ਈਹਾ[੧] ਊਹਾ[੨] ਜੋ ਕਾਮਿ ਤੇਰੈ॥੧॥ਰਹਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੨੩੬)
aisaa keeruthun kar mun maerae |eehaa[1] oohaa[2] jo kaam thaerai |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਤੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਸਿਫਤ-ਸਲਾਹ ਗਾਇਨ ਕਰ, ਜਿਹੜੀ ਇਸ ਜੀਵਨ[੧] ਵਿਚ ਤੇ ਪਰਲੋਕ[੨] ਵਿਚ ਹੀ ਤੇਰੇ ਕੰਮ ਆਵੇ।
O my mind, sing such Praises of the Lord, which shall be of use to you here[1] and hereafter[2].

੫.ਗੁਨ[੧] ਗਾਵਤ ਤੇਰੀ ਉਤਰਸਿ ਮੈਲੁ॥ਬਿਨਸਿ[੨] ਜਾਇ ਹਉਮੈ ਬਿਖੁ[੩] ਫੈਲੁ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੨੮੯)
gun[1] gaavuth thaeree outhuras mail | binas[2] jaae houmai bikh[3] fail[4] |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਗੁਣ[੧] ਗਾਉਂਦਿਆਂ ਤੇਰੀ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ) ਮੈਲ ਧੋਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਤੇ ਹੰਕਾਰ ਦੀ ਫੈਲੀ[੪] ਹੋਈ ਜ਼ਹਿਰ[੩] ਵੀ ਦੂਰ[੨] ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।
Chanting His Glories[1], your filth (of sins) shall be washed off. The all- consuming[4] poison[3] of ego will be gone[3].

੬.ਰਾਜੁ ਮਾਲੁ ਜੰਜਾਲੁ ਕਾਜਿ ਨ ਕਿਤੈ ਗਨੋੁ[੧]॥
ਹਰਿ ਕੀਰਤਨੁ ਆਧਾਰੁ[੨] ਨਿਹਚਲੁ[੩] ਏਹੁ ਧਨੋੁ॥(ਪੰਨਾ ੩੯੮)
raaj maal ju(n)jaal kaaj n kithai gunuo[1] | har keeruthun aadhaar[2] nihuchul[3] eaehu dhhunuo |
ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ਧਨ-ਪਦਾਰਥ ਤੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਧੰਧੇ ਕਿਸੇ ਕੰਮ[੧] ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ ਹੀ ਅਸਲੀ ਆਸਰਾ[੨] ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ[੩] ਵਾਲਾ ਧਨ ਹੈ।
Royal powers, wealth, and worldly involvements are of no use[1] at all. The Lord's Praise is my support[2]; this wealth is everlasting[3].

੭.ਹਰਿ ਦਿਨੁ ਰੈਨਿ ਕੀਰਤਨੁ ਗਾਈਐ॥ ਬਹੁੜਿ[੧] ਨ ਜੋਨੀ ਪਾਈਐ॥(ਪੰਨਾ ੬੨੩)
har dhin rain keeruthun gaaeeai. Buhurr[1] n jonee paaeeai |
ਦਿਨ ਰਾਤ (ਹਰ ਵੇਲੇ) ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਫਤ ਗਾਇਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੁੜ[੧] ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਈਦਾ।
Singing the Lord's Praises day and night, I shall not be consigned to reincarnation again[1].

੮.ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਹੈ ਸਿਰਿ[੧] ਕਰਮਨ ਕੈ ਕਰਮਾ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਭਾਇਓ ਪਰਾਪਤਿ ਜਿਸੁ ਪੁਰਬ[੨] ਲਿਖੇ ਕਾ ਲਹਨਾ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੬੪੨)
har keerath saadhhusu(n)gath hai sir[1] kurumun kai kurumaa |
kuhu naanuk this bhaeiou puraapath jis purub[2] likhae kaa lehunaa[3] |
ਸਤਿਸੰਗਤ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਗਾਇਨ ਕਰਨੀ ਸਾਰਿਆਂ ਕੰਮਾਂ ਨਾਲੋਂ ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਟ[੧] ਕੰਮ ਹੈ।ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ,-“ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਲਈ ਇਸ ਦਾ ਮਿਲਣਾ[੩] ਮੁਢ[੨] ਤੋਂ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ”।

Singing the Lord's Praises in (Saadh Sangat) the Company of the Holy, is the highest[1] of all actions. Says Nanak,he alone obtains it, who is pre-destined[2] to receive[3] it.

੯.ਵਿਸਰੁ ਨਾਹੀ ਦਾਤਾਰ[੧] ਆਪਣਾ ਨਾਮੁ ਦੇਹੁ॥ ਗੁਣ ਗਾਵਾ ਦਿਨ ਰਾਤਿ ਨਾਨਕ ਚਾਉ[੨] ਏਹੁ॥(ਪੰਨਾ ੭੬੨)

visur naahee dhaathaar[1] aapunaa naam dhaehu |
gun gaavaa dhin raath naanuk chaao[2] eaehu |
ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ,-"ਹੇ ਪਾਲਣਹਾਰ[੧] ਪ੍ਰਭੂ! ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਬਖਸ਼। ਮੇਰੀ ਇਹ ਤਾਂਘ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਕਦੇ ਨਾ ਭੁਲਾਵਾਂ।

Never forget me, O Great Giver[1]! Please bless me with Your Naam. To sing your Glorious Praises day and night; O Nanak, this is my heart-felt desire[2].

੧੦.ਜੋ ਜਨੁ ਕਰੈ ਕੀਰਤਨੁ ਗੋਪਾਲ[੧]॥ ਤਿਸ ਕਉ ਪੋਹਿ[੨] ਨ ਸਕੈ ਜਮਕਾਲੁ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੮੬੭)

jo jun kurai keeruthun gopaal[1]. This ko pohi[2] n sukai jumukaal[3]||
ਜਹੜਾ ਪ੍ਰਾਣੀ ਪ੍ਰਭੂ[੧] ਦਾ ਜਸ ਗਾਇਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਮੌਤ[੩] ਦਾ ਦੂਤ (ਡਰ) ਛੋਹ[੨] ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

The messenger of death[3] (fear of death) cannot even touch[2] the one, who sings the Lord`s[1] Praises.

੧੧.ਕੀਰਤਨੁ ਨਿਰਮੋਲਕ[1] ਹੀਰਾ॥ ਆਨੰਦ ਗੁਣੀ[2] ਗਹੀਰheeraa[3|]॥(ਪੰਨਾ 893

keeruthun nirumoluk[1] heeraa. Aanu(n)dh gunee[2] geheeraa[3] ।
ਕੀਰਤਨੁ ਇਕ ਅਣਮੁੱਲਾ[੧] ਹੀਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਨੇਕੀਆਂ[੨] ਦਾ ਡੂੰਘਾ[੩] ਸਮੁੰਦਰ ਹੈ।

The Lord`s Praises is a priceless[1] diamond. It is the ocean[3] of bliss and virtue[2].

੧੨.ਕਲਜੁਗ ਮਹਿ ਕੀਰਤਨੁ ਪਰਧਾਨਾ॥ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਪੀਐ ਲਾਇ ਧਿਆਨਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੭੫)

kulujug mehi keeruthun purudhhaanaa | gurumukh jupeeai laae dhhiaanaa |
ਕਲ ਜੁਗ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਜਸ ਗਾਇਨ ਕਰਨਾ ਹੀ ਪਰਧਾਨ ਕੰਮ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬਿਰਤੀ ਜੋੜ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਮੱਤ ਅਨੁਸਾਰ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

In this dark age,the Lord's praise is sublime, so one must contemplate God single-minded according to the Guru's advice.

੧੩.ਜੋ ਜੋ ਕਥੈ[੧] ਸੁਨੈ ਹਰਿ ਕੀਰਤਨੁ ਤਾ ਕੀ ਦੁਰਮਤਿ[੨] ਨਾਸੁ[੩]॥
ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪਾਵੈ ਨਾਨਕ ਪੂਰਨ ਹੋਵੈ ਆਸ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੦੦)

jo jo kuthhai[1] sunai har keeruthun thaa kee dhurumath[2] naas[3||]
sugul munoruthh paavai naanuk poorun hovai aas|
ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਜਸ ਗਾਇਨ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਮੰਦੀ[੨] ਭਾਵਨਾ ਮਿਟ[੩] ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਸ ਦੀ ਹਰ ਇਕ ਆਸ ਪੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਜੋ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।(ਉਸ ਦੀ ਸਾਰੀ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ )

Whoever speaks[1] and listens to the Lord's Praises is rid[3] of evil[2] mindedness. All his hopes and desires, O Nanak, are fulfilled.

# DOUBT-ਸ਼ੱਕ

੧.ਭਰਮੇ[੧] ਭਾਹਿ[੨] ਨ ਵਿਝਵੈ[੩] ਜੇ ਭਵੈ[੪] ਦਿਸੰਤਰ ਦੇਸੁ॥(ਪੰਨਾ ੨੨

bhurumae[1] bhaahi[2] n vijhuva[3] I jae bhuvai[4] dhisu(n)thur dhaes |
ਭਾਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇਸ ਪ੍ਰਦੇਸ ਵਿੱਚ ਭੌਂਦਾ[੪] ਫਿਰੇ ਉਸਦੀ ਸ਼ੰਕੇ[੧] ਦੀ ਅੱਗ[੨] ਨਹੀਂ ਬੁਝਦੀ[੩]।
The fire[1] of doubt[2] is not extinguished[3] though one may wander[4] in all directions.

੨.ਜਾ ਕੇ ਬਿਨਸਿਓ[੧] ਮਨ ਤੇ ਭਰਮਾ[੨]॥ ਤਾ ਕੈ ਕਛੁ[੩] ਨਾਹੀ ਡਰੁ ਜਮਾ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੧੯੬)

jaa kai binasiou[1] mun thae bhurumaa[2] | thaa kai kushhoo[3] naahee ddur jumaa[4] |
ਜਿਸ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿਚੋਂ ਸੰਦੇਹ[੨] ਦੂਰ ਹੋ[੧] ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਮੌਤ[੪] ਦਾ ਭੋਰਾ[੩] ਜਿਨਾ ਵੀ ਡਰ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ।
He from whose heart doubt[2] is removed[1] has not the least fear[3] of death[4].

੩.ਤੁਮਰੀ[੧] ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਭ੍ਰਮੁ[੨] ਭਉ[੩] ਭਾਗੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੯੨)

thumuree[1] kirupaa thae bhrum[2] bho[3] bhaagai |
(ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !) ਤੇਰੀ[੧] ਮਿਹਰ ਨਾਲ ਸੰਦੇਹ[੨] ਤੇ ਡਰ[੩] ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
(O lord!) Through Your[1] grace, doubt[2] and fear[3] run away.

੪.ਜਬ ਇਸ ਤੇ ਸਭ ਬਿਨਸੇ ਭਰਮਾ॥ ਭੇਦੁ ਨਾਹੀ ਹੈ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮਾ॥(ਪੰਨਾ ੨੩੫)

jub eis thae subh binusae bhurumaa. Bhaedh naahee hai paarubrehumaa |
ਜਦੋਂ ਜੀਵ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਾਰੇ ਸੰਦੇਹ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।
When all the doubts are removed from a man, there remains no difference between him and the Lord.

੫.ਭ੍ਰਮ ਮਹਿ[੧] ਸੋਈ ਸਗਲ[੨] ਜਗਤ[੩] ਧੰਧ[੪] ਅੰਧ[੫]॥(ਪੰਨਾ ੩੮੦)

bhrum meh[1] soee sugul[2] juguth[3] dhhu(n)dhh[4] a(n)dhh[5] |

ਸਾਰਾ[੨] ਸੰਸਾਰ[੩] ਸੰਸਾਰੀ ਕੰਮਾਂ[੪] ਦਾ ਅੰਨ੍ਹਾਂ[੫] ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ, ਸੰਦੇਹ ਅੰਦਰ[੧] ਸੌਂ ਰਿਹਾ ਹੈ।

The whole[2] world[3] blinded[5] by worldly[4] affairs is asleep in[1] doubt.

੬.ਦੁਬਿਧਾ[੧] ਛੁਡਿ ਕੁਵਾਟੀ[੨] ਮੂਸਹੁਗੇ[੩] ਭਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੪੧੯)

dhubidhhaa[1] shhodd kuvaatturree[2] moosuhugae[3] bhaaee |
ਹੇ ਭਾਈ! ਦੁਬਿਧਾ (ਸ਼ੱਕ)[੧] ਦੇ ਖੋਟੇ[੨] ਰਸਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇ (ਨਹੀਂ ਤਾਂ) ਲੁੱਟਿਆ[੩] ਜਾਵੇਂਗਾ।

O brother! Forsake the wrong[2] way of duality[1], else you will be plundered[3].

੭.ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਆਪਾ ਚੀਨੈ[੧] ਮਿਟੈ ਨ ਭ੍ਰਮ ਕੀ ਕਾਈ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੬੮੪)

jun naanuk bin aapaa cheenai[1] mittai n bhrum kee kaaee[2]| |
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਪਣਾ (ਆਤਮਕ) ਜੀਵਨ ਪਰਖਣ[੧] ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੰਸੇ ਦਾ ਜਾਲਾ[੨] (ਮੈਲ) ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

Nanak says-"Without knowing[1] oneself, one is not rid of the moss[2](filth) of doubt."

੮.ਕਹਤ ਕਬੀਰੁ ਸੁਨਹੁ ਰੇ ਪ੍ਰਾਨੀ[੧] ਛੋਡਹੁ ਮਨ ਕੇ ਭਰਮਾ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੬੯੨)

kehuth kubeer sunuhu rae pranee[1] shhodduhu mun kae bhurumaa[2]||
ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ-" ਹੇ ਬੰਦੇ[੧], ਸੁਣ ਤੇ ਮਨ ਦੇ ਸੰਸੇ[੨] ਦੂਰ ਕਰ"।

Kabir Says-"Listen, O man[1], shed your mental doubt[2]."

੯. ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤਾ ਛੁਟਸੀ[੧] ਜਾ ਭਰਮੁ[੨] ਚੁਕਾਇਸੀ[੩] ਰਾਮ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੧੩)

eae mun maeriaa thaa shhuttesee[1] jaa bhurum[2] chukaaeisee[3] raam |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ !ਜਦ ਤੂੰ ਆਪਣਾ ਸੰਦੇਹ[੨] ਦੂਰ[੩] ਕਰ ਲਵੇਂਗਾ, ਤਾਂ ਹੀ ਤੇਰੀ (ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਤੋਂ) ਖਲਾਸੀ[੧] ਹੋਵੇਗੀ।

O my mind! You are delivered[1] only if you get rid[3] of your doubt[2]|

੧੦.ਸੋ ਮੁਨਿ[੧] ਜਿ ਮਨ ਕੀ ਦੁਬਿਧਾ[੨] ਮਾਰੇ[੩]॥ਦੁਬਿਧਾ ਮਾਰਿ ਬ੍ਰਹਮੁ[੪] ਬੀਚਾਰੇ[੫]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੮)

so mun[1] j mun kee dhubidhhaa[2] maaraa I dhubidhha maar brehum[4] beechaarae[5]| |
ਅਸਲ ਮੋਨ[੧] ਧਾਰੀ (ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ) ਸਾਧੂ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਮਨ ਦਾ ਦੁਵੈਤ[੨] ਭਾਵ ਦੂਰ[੩] ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਦਵੈਤ ਭਾਵ ਖਤਮ ਕਰਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੪] ਦਾ ਧਿਆਨ[੫] ਧਰਦਾ ਹੈ।

He alone is the silent[1] sage who silences[3] the duality[2] of his mind and reflects[5] on God[4].

੧੧.ਭਰਮਿ[੧] ਭੂਲੇ[੨] ਨਰ[੩] ਕਰਤ[੪] ਕਚਰਾਇਣ[੫]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੩੬)

bhuram[1] bhoolae[2] nur[3] kuruth[4] kuchuraaein[5] |
ਸ਼ੰਕਿਆਂ[੧] ਵਿੱਚ ਫਸਿਆ[੨] ਮਨੁੱਖ[੩] ਕੂੜੀਆਂ[੫] ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ[੪] ਹੈ।

One[3] who is led[2] astray by doubt[1] does[4] false[5] things.

੧੨.ਅੰਤਰਿ[੧] ਵਸਤੁ[੨] ਦਿਸੰਤਰਿ[੩] ਜਾਇ॥ ਬਾਝੁ[੪] ਗੁਰੂ ਹੈ ਭਰਮਿ[੫] ਭੁਲਾਇ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੩੯)

a(n)thar[1] vusuth[2] dhisu(n)thar[3] jaae | baajh[4] guroo hai bhuram[5] bhulaae[6]|
ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ[੧] ਹੀ ਵਖਰ[੨] (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਇਸ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿਚ ਪਰਦੇਸ[੩] ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਬਗੈਰ[੪] ਉਹ ਸੰਦੇਹ[੫] (ਵਹਿਮ) ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ[੬] ਹੈ।

The thing[2] (God) in Whose search one goes in all directions[3] lies in[1] oneself. Without[4] the Guru, one strays[6] in doubts[5].

੧੩.ਅੰਤਰਿ[੧] ਦੇਉ[੨] ਨ ਜਾਨੈ ਅੰਧੁ[੩]॥ ਭ੍ਰਮ[੪] ਕਾ ਮੋਹਿਆ[੫] ਪਾਵੈ ਫੰਧੁ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੬੦)

a(n)thar[1] dhaeo[2] n jaanai a(n)dhh[3] | bhrum[4] kaa mohiaa[5] paavai fu(n)dhh[6]
ਬੇਸਮਝ[੩] ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ[੧] ਵਸਦੇ ਰੱਬ[੨] ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣਦਾ। ਸੰਦੇਹ[੪] ਦਾ ਮਾਰਿਆ[੬] ਉਹ ਫਾਹੀ ਵਿਚ ਫਸ[੭] ਜਾਂਦਾ ਹੈ |

The lord[2] abides within[1], but the blind (foolish)[3] one knows not. Deluded[5] by doubts[4], one is caught[5] in the noose of (Mammon).

੧੪.ਲੋਗਾ ਭਰਮਿ[੧] ਨ ਭੂਲਹੁ[੨] ਭਾਈ॥
ਖਾਲਿਕੁ[੩] ਖਲਕ[੪] ਖਲਕ ਮਹਿ ਖਾਲਿਕੁ ਪੂਰ[੫] ਰਹਿਓ ਸ੍ਰਬ[੬] ਠਾਂਈ[੭]॥ਰਹਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੪੯)

logaa bhuram[1] n bhooluhu[2] bhaaee |
khaalik[3] khuluk[4] khuluk mehi khaalik poor[5] rehiou srub[6] t(h)aa(n)ee |

ਹੇ ਲੋਕੋ ! ਤੁਸੀਂ (ਰੱਬ ਬਾਰੇ) ਕਿਸੇ ਸ਼ੰਕੇ[੧] ਕਾਰਣ ਭੁਲੇਖੇ[੨] ਵਿੱਚ ਨਾ ਰਹੋ। ਰਚਨਹਾਰ[੩] ਰਚਨਾ[੪] (ਖਲਕਤ) ਵਿੱਚ ਹੈ ਤੇ ਰਚਨਾ ਰਚਨਹਾਰ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਅੰਦਰ ਹੈ। (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਸਭ[੬] ਥਾਂ[੭] ਮੌਜੂਦ[੫] ਹੈ।

O men! Don't be strayed[2] by doubts!. The Creator[3] is in the creation[4] and the creation is in the Creator who is[5] everywhere[6-7].

੧੫. ਭਰਮੁ ਚੁਕਾਇਆ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪)

bhurum chukaaeiaa sudhaa sukh paaeiaa |

ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ ਸ਼ੱਕ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ।

Dispelling his doubts, man finds a lasting peace.

## DRINKING AND EATING-ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ

੧.ਬਾਬਾ[੧] ਹੋਰੁ ਖਾਣਾ ਖੁਸੀ ਖੁਆਰੁ[੨]॥
ਜਿਤੁ ਖਾਧੈ ਤਨੁ ਪੀੜੀਐ[੩] ਮਨ ਮਹਿ[੪] ਚਲਹਿ[੫] ਵਿਕਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੧੬)

baabaa[1] hor khaanaa khusee khuaar[2] |
jith khaadhhai thun peereeai[3] mun mehi[4] chulehi[5] vikaar |
ਹੇ ਭਾਈ[੧] ! ਹੋਰਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ ਖਾਣਾ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਵਿਅਰਥ[੨] ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਔਖਾ[੩] ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ[੪] ਮੰਦੇ ਖਿਆਲ ਆਂਦੇ[੫] ਹਨ।

O brother[1]! All other foods and pleasures are vain[2] as they make the body writhe[3] in pain and fill[5] the mind with[4] evil thoughts.

੨.ਹਰਿ[੧] ਚੇਤਿ[੨] ਖਾਹਿ ਤਿਨਾ ਸਫਲੁ[੩] ਹੈ ਅਚੇਤਾ[੪] ਹਥ ਤਡਾਇਆ[੫]॥(ਪੰਨਾ ੮੫)

har[1] chaeth[2] khaahi thinaa suful[3] hai achaethaa[4] huthh thuddaaeiaa[5] |
ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖਾਣਾ ਸਫਲ[੩] ਹੈ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੧] ਨੂੰ ਸਿਮਰ[੨] ਕੇ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ[੪] ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਉਹ (ਮੰਗਣ ਲਈ) ਹੱਥ ਅੱਡਦੇ[੫] ਹਨ।

Those who eat remembering[3] God[1] are blessed[2]. They who don`t[4] remember (God) are ever in want. (stretch[5] hand begging).

੩.ਮੈਲਾ[੧] ਖਾਇ ਫਿਰਿ ਮੈਲੁ[੨] ਵਧਾਏ ਮਨਮੁਖ ਮੈਲੁ ਦੁਖੁ ਪਾਵਣਿਆ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੧)

mailaa[1] khaae fir mail[2] vudhhaaeae munumukh mail dukh paavaniaa[3] |
ਮਨਮੁਖ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਕਮਾਈ[੧] ਖਾ ਕੇ ਆਪਣੀ (ਪਾਪਾਂ ਦੀ) ਗੰਦਗੀ[੨] ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਣ ਦੁਖ ਪਾਂਦਾ[੩] ਹੈ। The evil-minded person eats ill-gotten[1] food,whereby increases the dirt[2] (of the sins) and thus suffers[3] pain.

੪.ਜਿਤੁ[੧] ਪੀਤੈ[੨] ਮਤਿ[੩] ਦੂਰਿ ਹੋਇ ਬਰਲੁ[੪] ਪਵੈ ਵਿਚਿ ਆਇ॥
ਆਪਣਾ ਪਰਾਇਆ ਨ ਪਛਾਣਈ[੫] ਖਸਮਹੁ[੬] ਧਕੇ ਖਾਇ॥
ਜਿਤੁ ਪੀਤੈ ਖਸਮੁ[੭] ਵਿਸਰੈ ਦਰਗਹ ਮਿਲੈ ਸਜਾਇ[੯]॥
ਝੂਠਾ[੧੦] ਮਦੁ[੧੧] ਮੂਲਿ[੧੨] ਨ ਪੀਚਈ ਜੇ ਕਾ ਪਾਰਿ ਵਸਾਇ[੧੩]॥(ਪੰਨਾ ੫੫੪)

jith[1] peethai[2] math[3] dhoor hoe burul[4] puvai vich aae [
aapunaa puraaeiaa n pushhaanee[5] khusumuhu[6] dhhukae khaae|
jith peethai khusum[7] visurai dhurugeh[8] milai sujaae[9] |
jhoot(h)aa[10] mudh[11] mool[12] n peechee jae kaa paar vusae[13] |
ਜਿਸ[੧] (ਸ਼ਰਾਬ) ਨੂੰ ਪੀਣ[੨] ਨਾਲ ਅਕਲ[੩] ਮਾਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, (ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ) ਝਲਪੁਣਾ[੪] ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਦਮੀ ਆਪਣੇ ਤੇ ਪਰਾਏ ਨੂੰ ਪਛਾਣ[੫] ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਮਾਲਕ[੬] (ਰੱਬ) ਕੋਲੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਧੱਕੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦੇ ਪੀਤਿਆਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੭] ਵਿਸਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੀਵ ਨੂੰ ਉਸ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਦੇ ਦਰਬਾਰ[੮] ਵਿਚ ਸਜ਼ਾ[੯] ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਐਸੀ ਕੂੜੀ[੧੦] (ਚੰਦਰੀ) ਸ਼ਰਾਬ[੧੧] ਨੂੰ ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ[੧੩] ਹੋ ਸਕੇ ਕਦੇ[੧੨] ਨਹੀਂ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

By drinking[2] which[1] one becomes senseless[3] and madness[4] enters (one's brain), one can't distinguish[5] between one's own and someone's ,one is cursed by the Lord[6] ; by drinking which the Lord[7] is forgotten and one receives punishment[9] at His Court[8], don't drink at all[12] such a false[10] wine[11] as far as possible[13].

੫.ਫਿਟੁ[੧] ਇਵੇਹਾ[੨] ਜੀਵਿਆ ਜਿਤੁ ਖਾਇ ਵਧਾਇਆ[੩] ਪੇਟੁ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੭੯੦)

fitt[1]eivaehaa[2] jeeviaa jith khaae vudhhaaeiaa[3] paett[4] | ||

ਫਿਟੇ[੧] ਮੂੰਹ ਅਜੇਹੇ ਜੀਵਣ[੨] ਨੂੰ ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਖਾ ਖਾ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣਾ ਪੇਟ[੪] ਵਧਾਈ[੩] ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Cursed[1] is the life[2] wherein man swells[3] his stomach[4] by over eating.

੬.ਖੰਡਿਤ[੧] ਨਿਦ੍ਰਾ[੨] ਅਲਪ[੩] ਅਹਾਰੰ[੪] ਨਾਨਕ ਤਤੁ[੫] ਬੀਚਾਰੋ।(ਪੰਨਾ੯੩੯)

khu(n)ddith[1] nidhraa[2] alup[3] ahaaru(n)[4] naanuk thuth[5] beechaaro |

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਥੋੜਾ[੩] ਖਾਣਾ[੪] ਤੇ ਥੋੜਾ[੧] ਸੌਣਾ[੨], ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਨਿਚੋੜ[੫] ਹੈ।

"Sleeping[2] a little[1] and eating[4] a little[3] is the quintessence[5] of ideas". says Nanak.

੭.ਹੋਛਾ[੧] ਮਦੁ[੨] ਚਾਖਿ[੩] ਹੋਏ ਤੁਮ ਬਾਵਰ[੪] ਦੁਲਭ[੫] ਜਨਮੁ ਅਕਾਰਥ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੦੧)

hoshhaa[1] mudh[2] chaakh[3] hoeae thum baavur[4] dhulubh[5] junum akaaruth[6] |

ਨਿਕੰਮੀ[੧] ਸ਼ਰਾਬ[੨] ਪੀ[੩] ਕੇ ਤੂੰ ਪਾਗਲ[੪] ਹੋ ਗਿਆ ਹੈਂ ਤੇ ਕੀਮਤੀ[੫] ਜੀਵਨ ਬੇਫਾਇਦਾ[੬] ਗੁਆ ਲਿਆ ਹੈ।

You have gone crazy[4] and have wasted in vain[6] the precious[5] gift of life, intoxicated[3] with worthless[1] wine[2].

੮.ਪੀਵਨਾ ਜਿਤੁ ਮਨੁ ਆਘਾਵੈ ਨਾਮੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸੁ ਪੀਵਨਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੯)

peevunaa jith mun aaghaavai naam a(n)mrith rus peevunaa |

ਸੁਰਜੀਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਰਸ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਮਨ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

The (real) drink that one should drink is the elixir of Lord's Name by which soul is sated.

੯.ਖਾਵਨਾ[੧] ਜਿਤੁ ਭੂਖ ਨਾ ਲਾਗੈ ਸੰਤੋਖਿ ਸਦਾ ਤ੍ਰਿਪਤੀਵਨਾ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੯)

khaavunaa[1] jith bhookh n laagai su(n)thokh sudhaa thriputheevunaa[2] |

ਚੰਗਾ ਭੋਜਨ[੧] ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ ਅਤੇ ਓਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੰਤੋਖ ਵਿੱਚ ਰੱਜਿਆ[੨] ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

The (real) food[1] that one should eat is by partaking which one's avarice subsides and one lives contented and satiated[2].

੧੦.ਮੈਲਾ ਖਾਇ ਫਿਰਿ ਮੈਲੁ ਵਧਾਏ ਮਨਮੁਖ ਮੈਲੁ ਦੁਖੁ ਪਾਵਣਿਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੧)

mailaa khaae fir mail vudhhaaeae munumukh mail dhukh paavaniaa |

ਮਨਮੁਖ ਅਧਰਮ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਭੋਜਨ ਖਾ ਕੇ (ਆਪਣੇ ਪਾਪਾਂ ਦੀ) ਗੰਦਗੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਗੰਦਗੀ ਕਾਰਨ ਦੁੱਖ ਪਾਂਦਾ ਹੈ।

Eating filth, the self-willed person becomes even more filthy. Because of his filth, he suffers.

੧੧.ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ[੧] ਕਾ ਵਾਪਾਰੀ ਹੋਵੈ ਕਿਆ ਮਦਿ[੨] ਛੂਛੈ[੩] ਭਾਉ[੪] ਧਰੇ॥(ਪੰਨਾ ੩੬੦)

a(n)mrith[1] kaa vaapaaree hovai kiaa madh[2] shhooshhai[3] bhaao[4] dhhurae

ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ[੧] ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਰਸ ਦਾ ਵਪਾਰੀ ਬਣ ਜਾਏ ਉਹ ਇਸ ਹੋਛੇ[੩] ਸ਼ਰਾਬ[੨] ਨਾਲ ਪਿਆਰ[੪] ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

One who trades in the Nectar[1] does not love[4] the worldly[3] wine.

੧੨.ਬਹੁ[੧] ਸਾਦਹੁ[੨] ਦੂਖੁ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਵੈ॥ ਭੋਗਹੁ[੩] ਰੋਗ ਸੁ ਅੰਤਿ ਵਿਗੋਵੈ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੩੪)

buhu[1] saadhuhu[2] dhookh puraapath hovai.  Bhoguhu[3] rog s a(n)th vigovai[4] [

ਬਹੁਤੀਆਂ[੧] ਰੰਗ[੨] ਰਲੀਆਂ ਕਾਰਨ ਇਨਸਾਨ ਦੁਖ ਪਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਾਮ[੩] ਚੇਸ਼ਟਾ ਤੋਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਖੁਆਰ[੪] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

For his excessive indulgences, one receives only pain, from one's enjoyments, one contracts diseases, and in the end, one is wasted away.

੧੩. ਮਠ ਰਸੁ ਖਾਇ ਸੁ ਰੋਗਿ ਭਰੀਜੈ ਕੰਦ ਮੂਲਿ[੧] ਸੁਖੁ ਨਾਹੀਂ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੫੩)

mit(h)rus khaae s rog bhureejai ku(n)dh mool[1] sukh naahee |
ਮਿੱਠੇ ਸੁਆਦਲੇ ਭੋਜਨ, ਖਾਣ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਣੀ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।(ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ) ਜੜ੍ਹਾਂ[੧] (ਮੂਲੀ ਗਾਜਰ) ਖਾਣ ਨਾਲ ਵੀ (ਆਤਮਕ) ਸੁਖ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

Eating sweet treats, the mortal falls ill.;he finds no peace, at all, by living on roots[1] either.

੧੪.ਮਿਠਾ ਕਉੜਾ ਦੋਵੈ ਰੋਗ॥ ਨਾਨਕ ਅੰਤਿ ਵਿਗੁਤੇ[੧] ਭੋਗ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੩)

mit(h)aa kourraa dhovai rog| Naanuk a(n)th viguthae[1] bhog[2] |
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਮਿੱਠੀਆਂ ਤੇ ਕੌੜੀਆਂ ਸ਼ੈਆਂ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰਾਣੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਖਚਤ[੨] ਹੋ ਕੇ ਬਰਬਾਦ[੧] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

The sweet and the bitter are the both diseases .O Nanak, indulging[2] in them, one will come to ruin[1] in them.

੧੫.ਅਧਿਕ ਸੁਆਦ ਰੋਗ ਅਧਿਕਾਈ[੧] ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਸਹਜੁ[੨] ਨ ਪਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੫੫)

adhhik suaadh rog adhhikaaee[1] bin gur sehuj[2] n paaeiaa |
ਬੰਦਾ (ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ) ਜਿਤਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ[੧] ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਬਗੈਰ ਸ਼ਾਂਤੀ[੨] ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

The more one indulges in worldly enjoyment, the more[1] one is diseased; without the Guru, there is no peace[2] and poise (mental satisfaction).

੧੬.ਐਸਾ ਦਾਰੂ ਖਾਹਿ ਗਵਾਰ॥ ਜਿਤੁ ਖਾਧੈ ਤੇਰੇ ਜਾਹਿ ਵਿਕਾਰ॥੧॥ਰਹਾਉ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੫੭)

aisaa dhaaroo khaahi guvaar| Jith khaadhhai thaerae jaahi vikaar|
ਹੇ ਮੂਰਖ ਜੀਵ! ਤੂੰ ਐਸੀ ਦਵਾਈ ਖਾ ਜਿਸ ਦੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਤੇਰੇ ਪਾਪ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣ।

Take such a medicine, O fool, by which your evils shall be taken away.

# EDUCATION--ਵਿਦਿਆ

੧. ਪੜਿਆ ਮੂਰਖੁ ਆਖੀਐ ਜਿਸੁ ਲਬੁ[੨] ਲੋਭੁ[੩] ਅਹੰਕਾਰੁ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੧੪੦)
parriaa[1] moorukh aakheeai jis lub[2] lobh[3] ahu(n)kaaraa[4] |
ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਪੜ੍ਹੇ[੧] ਹੋਏ ਨੂੰ ਮੂਰਖ ਆਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਿਰਸ[੩], ਲਾਲਚ[੨] ਤੇ ਹੰਕਾਰ[੪] ਹੈ।
Fool is the educated[1] one if one indulges in ego[4], greed[2] and avarice[3].

੨.ਵਿਦਿਆ[੧] ਵੀਚਾਰੀ[੨] ਤਾਂ ਪਰਉਪਕਾਰੀ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੩੫੬)
vidhiaa[1] veechaaree[2] thaa(n) puroupukaaree[3] |
ਜੇ ਤੂੰ (ਆਪਣੀ) ਵਿਦਿਆ[੧] ਨੂੰ ਵਿਚਾਰੇਂਗਾ[੨] ਤਾਂ ਹੀ ਤੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਭਲਾ[੩] ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈਂ।
If you deliberate[2] over your education[1] only then you will become benefactor[3] to all.

੩.ਸੋ ਪੜਿਆ ਸੋ ਪੰਡਿਤੁ ਬੀਨਾ[੧] ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਕਰੇ ਵੀਚਾਰੁ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੬੫੦)
so parriaa so pu(n)ddith beenaa[1] gur subadh kurae veechaar[2] [
ਕੇਵਲ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਸਿਆਣਾ[੧] ਪੰਡਤ ਹੈ ਜੋ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸੋਚਦਾ[੨] ਤੇ ਸਮਝਦਾ ਹੈ।
He alone is the literate and a wise[1] pandit who ponders[2] over the Guru's word.

੪.ਜਹ ਗਿਆਨ[੧] ਪ੍ਰਗਾਸੁ[੨] ਅਗਿਆਨ[੩] ਮਿਟੰਤੁ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੨੯੧)
jeh giaan[1] prugaas[2] agiaan[3] mittu(n)th[4] [
ਜਿੱਥੇ ਮਤਿ[੧] ਉਜਲੀ[੨] ਹੋ ਜਾਏ ਓਥੇ ਬੇਸਮਝੀ[੩] ਦੂਰ[੪] ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
When wisdom[1] dawns[2], ignorance[3] disappears[4].

੫.ਪਾਧਾ[੧] ਪੜਿਆ ਆਖੀਐ ਬਿਦਿਆ ਬਿਚਰੈ ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੭)
paadhaa[1] pariaa aakheeai bidhiaa bichurai sehaj subhaae |
ਉਸ ਉਸਤਾਦ[੧] ਨੂੰ ਵਿਦਵਾਨ ਆਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸ਼ਾਂਤ ਸੁਭਾਅ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਹੈ।
The teacher[1] is truly read only if he leads life in a state of poise.

੬.ਬਦਿਆ[੧] ਸੋਧੈ[੨] ਤਤੁ[੩] ਲਹੈ[੪] ਰਾਮ ਨਾਮ ਲਿਵ[੫] ਲਾਇ॥
ਮਨਮੁਖ ਬਿਦਿਆ ਬਿਕ੍ਰਦਾ[੬] ਬਿਖੁ[੭] ਖਟੇ ਬਿਖੁ ਖਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੮)
bidhiaa[1] sodhhai[2] thuth[3] lehai[4] raam naam liv[5] laae |
munumukh bidhiaa bikrudhaa[6] bikh[7] khuttae bikh khaae|
ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਹਿਬ(ਵਾਹਿਗੁਰੂ)ਦੇ ਇਲਮ[੧] ਨੂੰ ਵਿਚਾਰਨਾ[੨] ,ਇਸ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ[੩] ਨੂੰ ਖੋਜਣਾ[੪] ਅਤੇ ਸੁਆਮੀ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪਿਆਰ[੫] ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਮਨਮੁਖ ਆਪਣੀ ਵਿਦਿਆ ਨੂੰ ਵੇਚਦਾ[੬] ਹੈ।ਉਹ ਜ਼ਹਿਰ[੭] ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜ਼ਹਿਰ ਹੀ ਖਾਂਦਾ ਹੈ।
One should deliberate[2] over Lord's science[1], find[4] its quintessence[3] and enshrine love[5] for the Lord's name. The wayward person sells[6] his knowledge. He earns poison[7] and eats it.

੭.ਮਨ ਸਮਝਾਵਨ ਕਾਰਨੇ ਕਛੂਅਕ[੧] ਪੜੀਐ ਗਿਆਨ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੩੪੦)
mun sumujhaavun kaarunae kushhooak[1] purreeai giaan[2] |
ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਉੱਚੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੂਝ ਦੇਣ ਲਈ ਜੀਵ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ[੧] ਬਹੁਤੀ ਬ੍ਰਹਮ[੨] ਵਿਦਿਆ ਪੜ੍ਹਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
To instruct their minds, people must study some[1] sort of spiritual wisdom[2].

੮.ਗਿਆਨ ਕਾ ਬਧਾ ਮਨੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਗਿਆਨੁ ਨ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੬੯)
giaan kaa budhhaa mun rehai gur bin giaan n hoe |

ਗਿਆਨ ਦਾ ਬੱਝਾ ਹੋਇਆ ਮਨ (ਇਕ ਥਾਂ) ਟਿਕਿਆ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ  ਮਿਲਦਾ।
The mind is restrained by spiritual wisdom, but without the Guru, there is no spiritual wisdom.

## ੯.ਮੰਦਾ ਕਿਸੈ ਨ ਆਖੀਐ ਪੜਿ ਅਖਰੁ ਏਹੋ ਬੁਝੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੩)

mu(n)dhaa kisai n aakheeai parr akhur eaeho bujheeai  |
ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ (ਉਪਦੇਸ) ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਇਸ ਗਲ ਨੂੰ ਸਮਝੋ।
Do not call anyone bad; understand this by reading these words.

## ੧੦.ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਵਿਦਿਆ ਵਿਚਾਰੈ ਪੜਿ ਪੜਿ ਪਾਵੈ ਮਾਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੨੯)

gur purusaadhee vidhiaa veechaarai parr parr paavai maan |
ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਣੀ(ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ)ਇਲਮ ਦੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਵਾਚ ਕੇ(ਜਗਤ ਵਿਚ)ਇੱਜ਼ਤ ਪਾਉਂਦਾਹੈ।
By the Guru`s grace, one dwells on(spiritual) wisdom and studying it,gathers glory.

# EGO-ਹੰਕਾਰ

੧.ਤੀਰਥ[੧] ਨਾਤਾ[੨] ਕਿਆ ਕਰੇ ਮਨ ਮਹਿ ਮੈਲੁ ਗੁਮਾਨ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੬੧)

theeruth[1] naathaa[2] kiaa kurae mun mehi mail gumaan[2] ।

ਤੀਰਥਾਂ[੧] ਉੱਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ[੨] ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੀਵ ਨੂੰ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜੇ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਹੰਕਾਰ[੩] ਦੀ ਮੈਲ ਟਿਕੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਤੀਰਥ ਇਸ਼ਨਾਨੀ ਹਾਂ।

There is no use of bathing[2] at a place[1] of piligrimage when the filth of ego[3] is within one's mind.

੨.ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਰਾ[੧] ਵਰੀਆਮੁ[੨] ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ[੩] ਦੁਸਟ[੪] ਅਹੰਕਰਣੁ[੫] ਮਾਰਿਆ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੮੬)

naanuk so sooraa[1] vureeaam[2] jin vichuhu[3] dhusutt[4] ahu(n)kurun[5] maariaa[6] ।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਬਹਾਦਰ[੧] ਯੋਧਾ[੨] ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ (ਮਨ) ਵਿਚੋਂ ਪਾਪੀ[੪] ਹੰਕਾਰ[੫] ਨੂੰ ਦੂਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

Guru Nanak says-"He is the brave[1] warrior[2] who overcomes his vicious[4] inner ego[5]."

੩.ਤਜਿ[੧] ਅਭਿਮਾਨ[੨] ਭਏ ਨਿਰਵੈਰ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੮੩) thaj[1] abhimaan[2] bheae niruvair[3] ।

ਆਪਣਾ ਹੰਕਾਰ[੨] ਤਿਆਗ[੧] ਕੇ ਮੈਂ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਰਹਿਤ[੩] ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ।

I shed[1] my ego[2] and none[3] is my enemy.

੪.ਤਜਿ ਅਭਿਮਾਨ ਛੁਟੈ[੧] ਤੇਰੀ ਬਾਕੀ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੨੫੯) thaj abhimaan shhuttai[1] thaeree baakee[2] ।

ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਕਰ ਦੇ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਬਕਾਇਆ[੨] ਸਾਫ[੧] ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

Shed your ego and the balance[2] due from you will be written off[1].

੫. ਆਪਸ ਕਉ ਜੋ ਭਲਾ[੧] ਕਹਾਵੈ ॥ਤਿਸਹਿ ਭਲਾਈ ਨਿਕਟਿ[੩] ਨ ਆਵੈ॥(ਪੰਨਾ ੨੭੮)

aapus ko jo bhulaa[1] kehaavai[2].| thisehi bhulaaee nikatt[3] n aavai |

ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨੇਕ[੧] ਅਖਵਾਉਂਦਾ[੨] ਹੈ, ਨੇਕੀ ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ[੩] ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।

Goodness does not touch[3] him who claims[2] to be good[1].

੬.ਜਬ ਹਮ ਹੋਤੇ[੧] ਤਬ ਤੁਮ ਨਾਹੀ ਅਬ ਤੁਮ ਹਹੁ[੨] ਹਮ ਨਾਹੀ॥(ਪੰਨਾ ੩੩੯)

jub hum hothae[1] thub thum naahee ab thum huhu[2] hum naahee |

ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!ਜਦ ਤਦ ਤੱਕ ਅਸੀਂ (ਹੰਕਾਰੀ) ਸਾਂ[੧], ਤੂੰ (ਸਾਡੇ ਵਿਚ) ਨਹੀਂ ਸੀ।ਹੁਣ ਜਦ ਤੂੰ (ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ) ਹੈਂ[੨], ਸਾਡੀ ਹਉਮੈਂ ਨਹੀਂ ਰਹੀਂ।

When we possessed[1] ego, You were not with us, O God. Now when You abide[2] in us, we are free from ego.

੭.ਹਉਮੈ ਪਚੈ[੧] ਮਨਮੁਖ[੨] ਮੂਰਾਖਾ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੩੯੪) houmai puchai[1] munumukh[2] mooraakhaa[3] ।

ਮਨ ਦੇ ਪਿਛੇ ਤੁਰਨ[੨] ਵਾਲਾ ਬੇਵਕੂਫ[੩] ਹੰਕਾਰ ਵਿੱਚ ਖੁਆਰ ਹੁੰਦਾ[੧] ਹੈ।

The self-willed[2] fool[3] is consumed[1] by ego.

੮.ਨਾਨਕ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ਪਤੀਣੇ[੧] ਵਿਰਲੇ[੨] ਦਾਸ ਉਦਾਸਾ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੪੩੭)

naanuk houmai maar putheenae[1] virulae[2] dhaas oudhaasaa[3] ।

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਇੱਛਾ-ਰਹਿਤ[੩] ਸੇਵਕ ਟਾਵੇਂ[੨] ਟਾਵੇਂ ਹਨ ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ (ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਤਿਆਗ ਕੇ) ਸਦਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਗਿੱਝੇ[੧] ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

Guru Nanak says-" Rare[2] are such servants of God who have subdued their ego and are desireless[3] (indifferent to the world),remain satisfied[1] with the Lord."

੯.ਨਾਨਕ ਜੇ ਕੋ ਆਪ ਗਣਾਇਦਾ[੧] ਸੋ ਮੂਰਖੁ[੨] ਗਾਵਾਰੁ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੫੧੬)

naanuk jae ko aap gunaaeidhaa[1] so moorukh[2] gaavaar[3] |
ਹੇ ਨਾਨਕ ਜੇ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਡਾ[੧] ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਬੇਵਕੂਫ[੨] ਹੈ ਬੁੱਧੂ[੩] ਹੈ।

If someone prides[1] on himself, says Nanak, he is ignorant[2] and unwise[3].

੧੦.ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ[੧] ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧੁ[੨] ਹੈ ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੫੬੦)

houmai naavai[1] naal virodhh[2] hai dhue n vusehi eik t(h)aae[3] |
ਹਉਮੈ ਦਾ (ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ) ਨਾਮ[੧] ਨਾਲ ਵਿਰੋਧ[੨] ਹੈ। (ਹੰਕਾਰ ਜਾਂ ਭਗਤੀ ਚੋਂ ਇੱਕ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ) ਦੋਵੇਂ ਇਕੱਠੇ ਇੱਕ ਥਾਂ[੩] ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ।

Ego is enemy[2] of the Name[1]. The two can't stay together[3] |

੧੧.ਗਰਬੁ[੧] ਨ ਕੀਜੈ ਰੇਣ[੨] ਹੋਵੀਜੈ ਤਾ ਗਤਿ[੩] ਜੀਅਰੇ ਤੇਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੭੭੯)

gurub[1] n keejai raen[2] hoveejai thaa gath[3] jeearae thaeree |
ਹੇ ਜੀਵ ! ਹੰਕਾਰ[੧] ਨਾ ਕਰ, ਤੂੰ (ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ) ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਧੂੜ[੨] ਬਣ ਜਾ, ਤਾਂ ਹੀ ਤੇਰਾ ਕਲਿਆਣ ਹੋਵੇਗਾ।

O man! Don`t be proud[1], be (like) the dust[2] and then, you will be redeemed[3] |

੧੨.ਹਉਮੈ ਮਾਰੇ[੧] ਤਾ ਦਰੁ[੨] ਸੂਝੈ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੮੪੨) houmai maarae[2] thaa dhur[2] soojhai[3] |
ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੂਰ[੧] ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ) ਦਰਵਾਜ਼ਾ[੨] ਨਜ਼ਰ[੩] ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

He who stills[1] his ego can see[3] the Lord's door[2].

੧੩.ਜੋ ਜੋ ਗਰਬੁ ਕਰੇ ਸੋ ਜਾਇ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੮੬੮) jo jo gurub kurae so jaae[1] |
ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਹੰਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਤਬਾਹ[੧] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

He who indulges in pride wastes[1] his life away.

14. ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੁ[੧] ਸੋ ਆਖੀਐ ਜਿਸੁ ਵਿਚਹੁ ਹਉਮੈ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੦੯-੧੦)

jeevun mukuth[1] so aakheeai jis vichuhu houmai jaae |
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹਉਮੈ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਕਹਿ ਸਕੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਜਿਊਂਦਿਆਂ ਹੀ (ਮਾਇਆ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ) ਆਜ਼ਾਦ[੧] ਹੈ।

He alone is emancipated[1] within life who is rid of his ego.

੧੫. ਏਕੰਕਾਰੁ[੧] ਵਸੈ ਮਨਿ ਭਾਵੈ ਹਉਮੈ ਗਰਬੁ[੨] ਗਵਾਇਦਾ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੩੪)

eaeku(n)kaar[1] vusai man bhaavai houmai gurub[2] guvaaaeidhaa[3] |
ਜੋ ਹਉਮੈ ਤੇ ਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ[੧] ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਲਗਦਾ ਹੈ।

The Unique God[1] lives within him and seems sweet to his mind who abandons[3] his self-conceit and ego[2].

੧੬.ਚਲਤ ਕਤ[੧] ਟੇਢੇ[੨] ਟੇਢੇ ਟੇਢੇ॥
ਅਸਤਿ[੩] ਚਰਮ[੪] ਬਿਸਟਾ[੫] ਕੇ ਮੂੰਦੇ[੬] ਦੁਰਗੰਧ[੭] ਹੀ ਕੇ ਬੇਢੇ[੮]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੪)

chuluth kuth[1] ttaedtae[2] ttaedtae ttaedtae |
asath[3] churum[4] bisuttaa[5] kae moo(n)dhae[6] dhurugu(n)dhh[7] hee kae baedtae[8] |
ਹੇ ਜੀਵ ਤੂੰ ਕਿਉਂ[੧] ਆਕੜ[੨] ਆਕੜ ਕੇ ਤੁਰਦਾ ਹੈਂ? ਤੂੰ ਹੱਡੀਆਂ[੩] ਚਮੜੀ[੪] ਅਤੇ ਗੰਦਗੀ[੫] ਨਾਲ ਭਰਿਆ[੬] ਹੋਇਆ ਹੈਂ ਤੇ ਬਦਬੂ[੭] ਨਾਲ ਲਿਬੜਿਆ[੮] ਹੋਇਆ ਹੈਂ।

(O man!) Why[1] do you walk the crooked[2] way(full of ego)? (After all) you are filled with bones[3], skin[4] and ordure[5]. You are saturated[8] with bad odour[7].

੧੭.ਜਬ ਲਗੁ ਮੇਰੀ ਮੇਰੀ ਕਰੈ॥ ਤਬ ਲਗੁ ਕਾਜੁ ਏਕੁ ਨਹੀ ਸਰੈ॥(ਪੰਨਾ੧੧੬੦)

jub lug maeree maeree kurai | thub lug kaaj eaek nehee surai |

ਜਦ ਤਕ ਮਨੁੱਖ ਆਖਦਾ ਹੈ ,-"ਇਹ ਮੇਰੀ ਹੈ, ਮੇਰੀ ਹੈ" ਤਦ ਤਾਈਂ ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਕੰਮ ਸਿਰੇ ਨਹੀਂ ਚੜ੍ਹਦਾ।

As long as one says-"It is mine, it is mine" not even one of his tasks is accomplished."

੧੮.ਹਉ ਹਉ[੧] ਕਰਤ ਬਧੇ[੨] ਬਿਕਾਰ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੯੨) ho ho[1] kuruth budhhae[2] bikaar[3] |

ਹੰਕਾਰ[੧] ਕਰਨ ਨਾਲ ਬਦੀਆਂ[੩] ਵਧਦੀਆਂ[੨] ਹਨ। Evils[3] increases[2] if we practice ego[1].

੧੯.ਨਾਨਕ ਸੇ ਨਰ[੧] ਅਸਲਿ ਖਰ[੨] ਜਿ ਬਿਨੁ ਗੁਣ ਗਰਬੁ ਕਰੰਤਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੬)

naanuk sae nur[1] asal khur[2] j bin gun gurub kuru(n)th |

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ,-" ਅਸਲੀ ਗੱਧੇ[੨] ਹਨ ਉਹ ਪੁਰਸ਼[੧] ਜੋ ਹੰਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਗੁਣ ਨਹੀਂ ਹੈ"।

Guru Nanak says-"The real asses[2] are those persons[1] who take pride, but have no virtue."

੨੦.ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ[੧] ਵਡਾ[੨] ਸੰਸਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੭੮) Houmai rog[1] vuddaa[2] su(n)saar|

ਸੰਸਾਰ ਹਉਮੈ ਦੀ ਦੀਰਘ[੧] ਬਿਮਾਰੀ[੨] ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

The world is afflicted with the great[2] malady[1] of self-conciet.

੨੧. ਹੇ ਜਨਮ ਮਰਣ ਮੂਲੰ[੧] ਅਹੰਕਾਰੰ ਪਾਪਾਤਮਾ[੨]॥
ਮਤ੍ਰੰ ਤਜੰਤਿ[੩] ਸਤ੍ਰੰ[੪] ਦ੍ਰਿੜੰਤਿ[੫] ਅਨਿਕ[੬] ਮਾਯਾ[੭] ਬਿਸੀਰਨਹ[੮]॥(ਪੰਨਾ ੧੩੫੮)

hae junum murun moolu(n)[1] ahu(n)kaaru(n) paapaathumaa[2] |
mithru(n) thuju(n)th[3] suthru(n)[4] dhirru(th)[5] anik[6] maayaa[7] bistheeraneh[8] |

ਹੇ ਪਾਪੀ[੨] ਹੰਕਾਰ! ਤੂੰ ਜਨਮ ਤੇ ਮਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ[੧] ਹੈਂ।ਤੂੰ ਮਿਤ੍ਰਾਂ ਦਾ ਤਿਆਗ[੩] ਕਰਵਾ ਕੇ ਵੈਰੀਆਂ[੪] ਨੂੰ ਘੁਟ ਕੇ ਫੜਦਾ[੫] ਹੈਂ ਤੇ ਕਈ[੬] ਭਰਮ[੭] ਫੈਲਾਉਂਦਾ[੮] ਹੈ।

O ego, you are the root[1] of birth and death; you are the very soul[2] of sin. You forsake[3] friends, and hold tight[5] to enemies[4]. You spread[8] out countless[6] illusions[7].

# EGOCENTRIC & GURUWARD—ਮਨਮੁਖ ਤੇਗੁਰਮੁਖ

### ੧. ਗੁਰਮੁਖਿ ਕੂੜੁ ਨ ਭਾਵਈ ਸਚਿ ਰਤੇ[1] ਸਚ ਭਾਇ[2] ॥(ਪੰਨਾ੨੨)

guramukh koorr n bhaavee sach rathae[1] sach bhaae[2] |
ਗੁਰੂ ਪਿਆਰਿਆ ਨੂੰ ਝੂਠ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ। ਉਹ ਸੱਚੀ ਪ੍ਰੀਤ[2] ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਰੰਗੇ[1] ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
The *Gurmukhs* do not like falsehood. They are imbued[1] with Truth; they love[2] only Truth.

### ੨.ਜਿਨ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਿਰਦਾ ਸੁਧੁ ਹੈ ਸੇਵ ਪਈ ਤਿਨ ਥਾਇ ॥ ((ਪੰਨਾ ੨੮)

jin guramukh hiradhaa sudh hai saev pee thin thaae
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸੱਚੇ ਗੁਮੁਖਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਪਵਿਤਰ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਭਗਤੀ ਕਬੂਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
Service of those Guruward persons who are pure of heart is accepted.

### ੩.ਗੁਰਮੁਖਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਬੋਲਹਿ ਸਭ ਆਤਮ ਰਾਮੁ ਪਛਾਣੀ ॥(ਪੰਨਾ੬੯)

guramukh anmrith baanee bolehi sabh aatham raam pashaanee |
ਗੁਰਮੁਖਿ ਅਮਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਅੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦੇ ਹਨ।
The Gurmukhs speak the Ambrosial Bani; they recognize the Supreme Soul in all.

### ੪.ਮਨਮੁਖ ਮਰਹਿ ਅਹੰਕਾਰਿ ਮਰਣੁ ਵਿਗਾੜਿਆ ॥(ਪੰਨਾ੮੬)

manamukh marehi ahankaar maran vigaarriaa |
ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲੇ ਹੰਕਾਰ ਵਿਚ ਸੜਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੁਖੀ ਹੋ ਕੇ ਮਰਦੇ ਹਨ।
The self-willed die in egotism-even their death is painfully ugly.

### ੫. ਮਨਮੁਖੀਆ ਸਿਰਿ ਮਾਰ ਵਾਦਿ[1] ਖਪਾਈਐ ॥(ਪੰਨਾ੪੨੦)

manamukheeaa sir maar vaadh[1] khapaaeeai |
ਮਨਮੁਖਾਂ ਨੂੰ( ਜਨਮ ਮਰਨ) ਦੀ ਮਾਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਝਗੜਿਆਂ[1] ਵਿਚ ਤਬਾਹ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
The self-willed are hit over the head, and consumed by conflict1.

### ੬.ਮਨਮੁਖੁ ਜੇ ਸਮਝਾਈਐ ਭੀ ਉਝੜਿ[1] ਜਾਏ ॥(ਪੰਨਾ੪੨੦)

manamukh jae samajhaaeeai bhee oujharr[1] jaaeae |
ਮਨਮੁਖ ਨੂੰ ਜੇ ਸਮਝਾਇਆ ਵੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਉਹ ਬੀਆਬਾਨ[1] (ਕੁਰਾਹੇ) ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
Even if the self-willed (*manmukh)* is instructed, he stills goes into the wilderness[1].

### ੭.ਮਨਮੁਖਾ ਨੋ ਫਿਰਿ ਜਨਮੁ ਹੈ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਭਾਏ[1] ॥ (ਪੰਨਾ੪੫੦)

manamukhaa no fir janam hai naanak har bhaaeae[1] |
ਮਨਮੁਖਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਮੁੜ ਜਨਮਾਂ ਦਾ ਚੱਕਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ !ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਇਹੋ ਚੰਗਾ[1] ਲਗਦਾ ਹੈ।
The self-willed are born again and again. O Nanak, such is the Lord's Will [1].

### ੮. ਅਗੈ ਨਾਉ ਜਾਤਿ ਨ ਜਾਇਸੀ ਮਨਮੁਖਿ ਦੁਖੁ ਖਾਤਾ ॥(ਪੰਨਾ੫੧੪)

agai naao jaath n jaaeisee manamukh dhukh khaathaa |
ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ (ਵੱਡਾ) ਨਾਮ ਤੇ ਉੱਚੀ ਜਾਤੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।ਆਪ ਹੁਦਰੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਦੁਖ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
Your name and social status shall not go with you hereafter; the self-willed is consumed by pain.

### ੯.ਉਲਟੀ ਰੇ ਮਨ ਉਲਟੀ ਰੇ ॥ਸਾਕਤ[1] ਸਿਉ ਕਰਿ ਉਲਟੀ ਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੫੩੫)

oulattee rae man oulattee rae | saakath[1] sio kar oulattee rae |

ਹੇ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ !ਮਾਇਆ ਦੇ ਉਪਾਸ਼ਕਾਂ[1] ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰਖ।

O my mind,turn away from the faithless cynic[1].

## ੧੦.ਨਾਨਕ ਮਨਮੁਖਾ ਨਾਲਹੁ ਤੁਟੀਆ ਭਲੀ ਜਿਨਾ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਪਿਆਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੫੪੯)

naanak manamukhaa naalahu thutteeaa bhalee jinaa maaeiaa mohi piaar |
ਹੇ ਨਾਨਕ ! ਆਪ ਹੁਦਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਸੰਬੰਧ ਟੁੱਟਾ ਹੀ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

O Nanak, it is right to break with the self-willed ; to them, the love of Maya is sweet.

## ੧੧.ਮਨਮੁਖ ਸੇਤੀ ਦੋਸਤੀ ਥੋੜੜਿਆ ਦਿਨ ਚਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੫੮੭)

manamukh saethee dhosathee thorrarriaa dhin chaar |
ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪਿਛੇ ਤੁਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਮਿੱਤ੍ਰਤਾ ਥੋੜੇ ਹੀ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਹੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Friendship with the self-willed lasts for only for a few days.

## ੧੨.ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੰਸਾ[1] ਮੂਲਿ ਨ ਹੋਵਈ ਚਿੰਤਾ ਵਿਚਹੁ ਜਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੯੫੩)

guramukh sansaa[1] mool n hovee chinthaa vichahu jaae |
ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਨੂੰ ਸੰਦੇਹ[1] ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਚਿੰਤਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

The Gurmukhs do not have an iota of skepticism or doubt[1]; worries depart from within them.

## ੧੩. ਮਨਮੁਖ ਬੋਲਿ ਨ ਜਾਣਨੀ ਓਨਾ ਅੰਦਰਿ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੯੫੦)

manamukh bol n jaananee ounaa andhar kaam krodh ahankaar |
ਮਨਮੁਖਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਾਮ, ਗੁੱਸਾ ਤੇ ਹੰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਉਹ ਸਮੇਂ ਓਨੁਸਾਰ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ।

The self-willed persons do not know to talk according to the occasion as they are filled with sexual desire, anger and egotism.

## ੧੪.ਮਨਮੁਖੁ ਰੰਗੁ ਕਸੁੰਭੁ ਹੈ ਕਚੂਆ ਜਿਉ ਕੁਸਮ[1] ਚਾਰਿ ਦਿਨ ਚਾਗਾ ॥ (ਪੰਨਾ੯੮੫)

manamukh rang kasunbh hai kachooaa jio kusam[1] chaar dhin chaagaa |
ਮਨਮੁਖ ਪੁਰਸ਼ ਕੁਸੰਭੜੇ ਦੇ ਕੱਚੇ ਰੰਗ ਵਾਲੇ ਫੁਲ[1] ਵਾਂਗ ਹੈ ਜੋ ਕੇਵਲ ਚਾਰ ਦਿਨ ਹੀ ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

The self-willed is like the false color of the safflower[1], which fades away; its color lasts for only a few days.

## ੧੫.ਗੁਰਮੁਖਿ ਹੋਇ ਸੁ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣੈ ਮਾਨੈ ਹੁਕਮੁ ਸਮਾਇਦਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੩੭)

gurumukh hoe s hukam pashaanai maanai hukam samaaeidhaa |
ਗੁਰਮੁਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੰਨਦਾ ਹੈ। ਉਹ (ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ) ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

The Guruward realizes the His command; surrendering to His Command, one merges in the Lord.

## ੧੬.ਮਨਮੁਖ ਭੂਲੇ ਪਤਿ ਗਵਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੪੪) manamukh bhoolae path gavaaee |

ਮਨਮੁਖ ਕੁਰਾਹੇ ਪੈ ਕੇ ਆਪਣੀ ਇੱਜ਼ਤ ਗਵਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

The self-willed is deluded, and loses his honor.

## ੧੭.ਮਨਮੁਖੁ ਅੰਧੁ ਕਰੇ ਚਤੁਰਾਈ ॥ਭਾਣਾ ਨ ਮੰਨੇ ਬਹੁਤੁ ਦੁਖੁ ਪਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੬੪)

manamukh andh karae chathuraaee |bhaanaa n mannae bahuth dhukh paaee |
ਮਨ ਦਾ ਮੁਰੀਦ (ਮੋਹ ਵਿਚ)ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੋ ਕੇ ਚਲਾਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ ਤੇ ਬਹੁਤ ਦੁਖ ਪਾਂਦਾ ਹੈ।

The blind self-willed  practices cleverness. He does  not surrender to the Lord's Will, and suffers terrible pain.

18.ਮਨਮੁਖਿ ਦੁਬਿਧਾ[੧] ਸਦਾ ਹੈ ਰੋਗੀ ਰੋਗੀ ਸਗਲ ਸੰਸਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੩੦)

manamukh dhubidhaa[1] sadhaa hai rogee rogee sagal sansaaraa |

ਮਨ  ਦਾ ਮੁਰੀਦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਵੈਤ ਭਾਵ[੧] ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਇਸ ਰੋਗ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ।

The self-willed is afflicted with the disease of duality[1] forever; the entire universe is diseased.

# EFFORTS& LAZINESS-ਉਦਮ ਤੇ ਆਲਸ

## ੧.ਉਦਮੁ ਕਰਿ ਹਰਿ ਜਾਪਣਾ ਵਡਭਾਗੀ ਧਨੁ ਖਾਟਿ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੪੮)

oudham kar har jaapanaa vaddabhaagee dhan khaatt[1] |
ਤੂੰ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਅਰਾਧ। ਹੇ ਚੰਗੀ ਕਿਸਮਤ ਵਾਲੇ! ਨਾਮ ਧਨ ਇਕੱਠਾ[੧] ਕਰ।
Make the effort, and chant the Lord's Name. O very fortunate one, earn[1] this wealth.

## ੨.ਉਦਮੁ ਕਰਤ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਆ ॥(ਪੰਨਾ੯੯)

oudham karath man niramal hoaa |
ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਦਿਆਂ ਮੇਰਾ ਮਨ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। Making the effort, my mind has become pure.

## ੩.ਜਿਸ ਕਾ ਦੀਆ ਪੈਨੈ ਖਾਇ ॥ਤਿਸੁ ਸਿਉ ਆਲਸੁ ਕਿਉ ਬਨੈ ਮਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੯੫)

jis kaa dheeaa painai khaae | this sio aalas kio banai maae |
ਹੇ ਮਾਂ !ਜਿਸ(ਪ੍ਰਭੂ) ਦਾ ਦਿੱਤਾ (ਕਪੜਾ ) ਮਨੁੱਖ ਪਹਿਨਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਦਾ ਦਿੱਤਾ(ਅਨਾਜ) ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਯਾਦ ਵਲੋਂ ਆਲਸ ਕਰਨਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਜਿਬ ਹੈ?
O mother!He (God) whose gifts one wears and eats, how can laziness with Him (in His Service) behove the one?

## ੪.ਉਦਮੁ ਕਰਤ ਸੀਤਲ ਮਨ ਭਏ ॥ਮਾਰਗਿ ਚਲਤ ਸਗਲ ਦੁਖ ਗਏ ॥(ਪੰਨਾ੨੦੧)

oudham karath seethal man bheae |maarag chalath sagal dhukh geae |
ਠੀਕ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰਾਹ ਤੇ ਤੁਰਨ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਦੁਖ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
Through sincere efforts, the mind is made peaceful and calm. Walking on the Lord's Way, all pains are taken away.

## ੫.ਉਦਮੁ ਕਰੇ ਭਲਕੇ ਪਰਭਾਤੀ ਇਸਨਾਨੁ ਕਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਰਿ ਨਾਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੩੦੫)

oudham karae bhalakae parabhaathee eisanaan karae anmrith sar naavai |
(ਇੱਕ ਸੱਚਾ ਸਿੱਖ) ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰ ਕੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਮ ਰੂਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦੇ ਸਰੋਵਰ ਵਿਚ ਟੁੱਬੀ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। (ਸਤ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ।)
Upon arising early in the morning, he( a true Sikh) is to bathe, and cleanse himself in the pool of nectar.

## ੬.ਉਦਮੁ ਕਰਤ ਹੋਵੈ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਨਾਚੈ ਆਪੁ ਨਿਵਾਰੇ ॥(ਪੰਨਾ ੩੮੧)

oudham karath hovai man niramal naachai aap nivaarae |
ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨ ਨਿਰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਨਾਲ (ਮਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ) ਨਚਦਾ ਹੈ।
Making the effort, the mind becomes pure and by forsaking ego ,it dances(to the tune of the Lord) .

## ੭.ਉਦਮੁ ਕੀਆ ਕਰਾਇਆ ਆਰੰਭੁ ਰਚਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੩੯੯)

oudham keeaa karaaeiaa aaranbh rachaaeiaa |
ਗੁਰੂ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਨਾਲ ਮੈਂ ਉੱਦਮ ਕੀਤਾ ਤੇ ਮੁੱਢ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿੱਤਾ।
Prompted by the Guru,I made an effort; and made a beginning.

## ੮.ਉਦਮੁ ਕਰਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਿਮਰਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੫੬)

oudham karahu vaddabhaageeho simarahu har har raae |

ਹੇ ਚੰਗੀ ਕਿਸਮਤ ਵਾਲਿਓ !ਤੁਸੀਂ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰੋ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪੋ।

Make an effort, O very fortunate ones, and meditate on the Lord, the Lord King.

### ੯.ਵੰਞੁ ਮੇਰੇ ਆਲਸਾ ਹਰਿ ਪਾਸਿ ਬੇਨੰਤੀ ॥(ਪੰਨਾ੪੬੦)

vannj maerae aalasaa har paas baenanthee |
ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੁਸਤੀ !ਚਲੀ ਜਾ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ ਕੋਲ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਾਂ।

Be gone, O my laziness, that I may pray to the Lord.

### ੧੦.ਆਪਣ ਹਥੀ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕਾਜੁ ਸਵਾਰੀਐ ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੪)

aapan hathee aapanaa aapae hee kaaj savaareeai |
ਅਪਣਾ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। With our own hands, let us resolve our own affairs.

### ੧੧.ਚੰਗਿਆਈ ਆਲਕੁ[੧] ਕਰੇ ਬੁਰਿਆਈ ਹੋਇ ਸੇਰੁ ॥)ਪੰਨਾ੫੧੮)
### ਨਾਨਕ ਅਜੁ ਕਲਿ ਆਵਸੀ ਗਾਫਲ ਫਾਹੀ ਪੇਰੁ ॥

changiaaeaaee aalak[1] karae buriaaeaaee hoe saer |
naanak aj kal aavasee gaafal faahee paer |
ਇੱਕ ਸੁਸਤ ਆਦਮੀ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਆਲਸ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬਦੀ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਸ਼ੇਰ(ਦਲੇਰ) ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਅੱਜ ਜਾਂ ਭਲਕੇ ਬੇਪਰਵਾਹ ਬੰਦੇ ਦੇ ਪੈਰ ਵਿਚ (ਮੌਤ ਦੀ) ਬੇੜੀ ਪੈ ਜਾਵੇ ਗੀ।

He(a lazy person) is reluctant[1] to do good, but bold to practice evil. O Nanak, today or tomorrow, the feet of the careless fool shall fall into the trap.

### ੧੨.ਉਦਮੁ ਕਰੇਦਿਆ ਜੀਉ ਤੂੰ ਕਮਾਵਦਿਆ ਸੁਖ ਭੁੰਚੁ ॥
### ਧਿਆਇਦਿਆ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਉਤਰੀ ਚਿੰਤ ॥(ਪੰਨਾ੫੨੨)

oudham karaedhiaa jeeo thoon kamaavadhiaa sukh bhunch |
dhiaaeidhiaa thoon prabhoo mil naanak outharee chinth |
(ਨਾਮ ਵਾਸਤੇ) ਉੱਦਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੈਨੂੰ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਮਿਲੇ ਗਾ ਤੇ ਇਸ (ਨਾਮ)ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰ ਕੇ ਤੂੰ ਸੁਖ ਪਾਵੇਂ ਗਾ। ਸਿਮਰਿਆਂ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਪਵੇਂ ਗਾ ਤੇ ਤੇਰੀ ਚਿੰਤਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਗੀ।

Make an effort (for the Naam), and you shall live (a real life); practicing it, you shall enjoy peace. Meditating, you shall meet God, O Nanak, and your anxiety shall vanish.

### .੧੩.ਉਦਮ ਕਰਹਿ ਅਨੇਕ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਨ ਗਾਵਹੀ ॥(ਪੰਨਾ੭੦੫)

oudham karehi anaek har naam n gaavehee |
ਇਨਸਾਨ ਕਈ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਗਾਇਨ ਕਰਨ ਦਾ ਜਤਨ  ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

He makes all sorts of efforts, but he does not sing the Lord's Name.

### ੧੪.ਉਦਮੁ ਕਰਤ ਆਨਦੁ ਭਇਆ ਸਿਮਰਤ ਸੁਖ ਸਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੮੧੫)

oudham karath aanadh bhaeiaa simarath sukh saar |
ਹੇ ਭਾਈ! (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦਾ) ਉੱਦਮ ਕਰਦਿਆਂ (ਮਨ ਵਿਚ) ਸਰੂਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਿਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੁਖ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ।

By maing an effort, one gets joy and meditation brings true peace.

### ੧੫.ਮਨਮੁਖ ਕਉ ਆਲਸੁ ਘਣੋ ਫਾਥੇ ਓਜਾੜੀ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੧੧)

manamukh ko aalas ghano faathae oujaarree |

ਮਨਮੁਖ (ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ) ਬਹੁਤ ਸੁਸਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ,ਇਸ ਲਈ ਉਹ (ਮਾਨਸਕ) ਉਜਾੜ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
The self-willed  is very lazy; he is trapped in the wilderness.

੧੬.ਆਗਾਹਾ ਕੂ ਤ੍ਰਾਘਿ[੧] ਪਿਛਾ ਫੇਰਿ ਨ ਮੁਹਡੜਾ[੨] ॥(ਪੰਨਾ੧੦੯੬)

aagaahaa koo thraagh[1] pishaa faer n muhaddarraa[2] |
ਤੂੰ ਅਗਾਂਹ ਵਧਣ ਲਈ ਤਾਂਘ[੧] ਕਰ, ਪਿਛਾਂਹ ਨੂੰ ਮੋਢਾ[੨] ਨ ਮੋੜ।
Look ahead; don't turn your face (shoulder[2]) backwards.

੧੭.ਸਚੈ ਸਰਮੈ[੧] ਬਾਹਰੇ ਅਗੈ ਲਹਹਿ ਨ ਦਾਦਿ[੨] ॥(ਪੰਨਾ੧੨੪੫)

sachai saramai[1] baaharae agai lehehi n dhaadh[2] |
ਜੋ ਸੱਚੀ ਤੇ ਕਰੜੀ ਮਿਹਨਤ[੧] ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਇੱਜ਼ਤ[੨] ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।
Lacking truth and hard work[1], they shall not be appreciated[2] in the world hereafter.

੧੮.ਸਗਲ ਬਿਧੀ[੧] ਜੁਰਿ ਆਹਰੁ[੨] ਕਰਿਆ ਤਜਿਓ ਸਗਲ ਅੰਦੇਸਾ ॥
ਕਾਰਜੁ ਸਗਲ ਅਰੰਭਿਓ ਘਰ ਕਾ ਠਾਕੁਰ ਕਾ ਭਾਰੋਸਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੬੬)

sagal bidhee[1] jur aahar[2] kariaa thajiou sagal andhaesaa |
kaaraj sagal aranbhiou ghar kaa thaakur kaa bhaarosaa |
ਮੈਂ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ[੧] ਜੁੱਟਾ ਕੇ ਉੱਦਮ[੨] ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਫਿਕਰ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।ਪ੍ਰਭੂ ਉੱਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਕੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।
I tried[2]everything, and gathered all devices[1] together; I have discarded all my anxieties. I have begun to set all my household affairs right; I have placed my faith in my Lord and Master.

੧੯.ਹਾਥ ਪਾਉ ਕਰਿ ਕਾਮੁ ਸਭੁ ਚੀਤੁ ਨਿਰੰਜਨ ਨਾਲਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੬)

haath paao kar kaam sabh cheeth niranjan naal |
ਹੱਥ ਪੈਰ ਵਰਤ ਕੇ ਸਾਰਾ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰ, ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਚਿਤ ਮਾਇਆ-ਰਹਿਤ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੋੜ ।
With your hands and feet, do all your work, but let your consciousness remain with the Immaculate Lord.

# Fast---ਵਰਤ

੧.ਵਰਤ ਨੇਮ ਕਰੈ ਬਹੁ ਭਾਤੀ[੧] ॥ਨਹੀ ਤੁਲਿ[੨] ਰਾਮ ਨਾਮ ਬੀਚਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ੨੬੫)

varath naem karai bahu bhaathee[1] | nehee thul[2] raam naam beechaar |
ਭਾਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਕਈ ਕਿਸਮ[੧] ਦੇ ਵਰਤ ਰਖੇ ਅਤੇ ਪਰਤਗਿਆ ਨਿਭਾਵੇ, ਇਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ[੨] ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।
keeping fasts and making vows of all sorts[1] - none of these are equal[2]to the contemplation of the Name of the Lord,

੨.ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਸਰਬ ਜੀਅ ਦਇਆ ॥ਇਨ ਬਿਧਿ ਬਰਤੁ ਸੰਪੂਰਨ[੧] ਭਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੨੯੯)

man santhokh sarab jeea dhaeiaa | ein bidh barath sanpooran[1] bhaeiaa |
ਮਨ ਦੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਤੇ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਤੇ ਦਇਆ ਕਰਨੀ,ਵਰਤ ਨੂੰ ਸਫਲ ਕਰਨ ਦਾ ਚੰਗਾ[੧] ਤਰੀਕਾ ਹੈ।
Let your mind be content, and be kind to all beings. In this way, your fast will be successful.[1]

੩.ਅੰਨੁ ਨ ਖਾਇਆ ਸਾਦੁ ਗਵਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੪੬੭) ann n khaaeiaa saadh gavaaeiaa |
(ਵਰਤ ਰਖ ਕੇ) ਅੰਨ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
One who does not eat the corn, misses out on the taste.

੪.ਪੂਜਾ ਵਰਤ ਤਿਲਕ ਇਸਨਾਨਾ ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਬਹੁ ਦੈਨ ॥
ਕਹੂੰ ਨ ਭੀਜੈ[੧] ਸੰਜਮ ਸੁਆਮੀ ਬੋਲਹਿ ਮੀਠੇ ਬੈਨ ॥(ਪੰਨਾ ੪੬੭)

poojaa varath thilak eisanaanaa punn dhaan bahu dhain |
kehoon n bheejai[1] sanjam suaamee bolehi meethae bain |
ਵਰਤ ਰਖਣਾ,ਦੇਵ ਪੂਜਾ,ਤਿਲਕ ਲਾਉਣਾ, ਇਸ਼ਨਾਨ,ਦਾਨ ਪੁੰਨ ਕਰਨਾ ਤੇ ਮਿੱਠਾ ਬੋਲਣਾ,ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ ਖੁਸ਼[੧] ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
Worship, fasting, ceremonial marks on one's forehead, cleansing baths, generous donations to charities , self-mortification and sweet talk- the Lord Master is not pleased[1] with any of these rituals.

੫.ਅੰਨੁ ਨ ਖਾਹਿ ਦੇਹੀ ਦੁਖੁ ਦੀਜੈ ॥(ਪੰਨਾ੯੦੫) ann n khaahi dhaehee dhukh dheejai |
ਜੇ ਕੋਈ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਖਾਦਾ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਦੁਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
He does not eat food; he tortures his body.

੬.ਵਰਤ ਕਰਹਿ ਚੰਦ੍ਰਾਇਣਾ[੧] ਸੇ ਕਿਤੈ ਨ ਲੇਖੰ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੯੯)

varath karehi chandhraaeinaa[1] sae kithai n laekhan |
ਜੋ ਚੰਦ ਸੰਬਧੀ[੧] ਵਰਤ ਰਖਦੇ ਹਨ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹਨ।
Those who keep the lunar[1] fasts, are of no account.

੭.ਵਰਤ ਨ ਰਹਉ ਨ ਮਹ ਰਮਦਾਨਾ[੧] ॥ ਤਿਸੁ ਸੇਵੀ ਜੋ ਰਖੈ ਨਿਦਾਨਾ[੨] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੩੬)

varath n reho n meh ramadhaanaa [1]| this saevee jo rakhai nidhaanaa[2]|
ਮੈਂ ਵਰਤ ਨਹੀਂ ਰਖਦਾ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮੈਂ ਰਮਜ਼ਾਨ[੧] ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਰੋਜ਼ੇ ਰਖਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਕੇਵਲ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜੋ ਅਖੀਰ[੨] ਤੇ ਮੇਰੀ ਰਖਿਆ ਕਰੇ ਗਾ।
I do not keep fasts, nor do I observe the month of Ramadaan1. I serve only the One Who will protect me in the end.[2]

੮.ਸਚੁ ਵਰਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਤੀਰਥੁ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਇਸਨਾਨੁ ॥
ਦਇਆ ਦੇਵਤਾ ਖਿਮਾ ਜਪਮਾਲੀ[੧] ਤੇ ਮਾਣਸ ਪਰਧਾਨ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੪੫)

sach varath santhokh theerath giaan dhiaan eisanaan |
dhaeiaa dhaevathaa khimaa japamaalee[1] thae maanas paradhaan |

ਜੋ ਸੱਚ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਵਰਤ, ਸੰਤੋਖ ਨੂੰ ਤੀਰਥ ਅਸਥਾਨ,ਗਿਆਨ ਤੇ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਇਸ਼ਨਾਨ,ਦਇਆ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੇਵਤਾ ਤੇ ਮਾਫ ਕਰਨ ਨੂੰ ਅਪਣੀ ਮਾਲਾ[੧] ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਹਨ।

Those who have truth as their fast, contentment as their sacred shrine of pilgrimage, spiritual wisdom and meditation as their cleansing bath, kindness as their deity, and forgiveness as their chanting beads[1] - they are the most excellent people.

੯.ਅੰਨ ਤੇ ਰਹਤਾ[੧] ਦੁਖੁ ਦੇਹੀ ਸਹਤਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੪੯)

ann thae rehathaa[1] dhukh dhaehee sehathaa |

ਜੋ ਅਨਾਜ ਨੂੰ ਤਿਆਗਦਾ[੧] ਹੈ ਉਸਦਾ ਸਰੀਰ ਦੁਖ ਸਹਾਰਦਾ ਹੈ।

Abstaining[1] from food, his body suffers in pain.

੧੦.ਛੋਡਹਿ ਅੰਨੁ ਕਰਹਿ ਪਾਖੰਡ ॥ਨਾ ਸੋਹਾਗਨਿ ਨਾ ਓਹਿ ਰੰਡ ॥(ਪੰਨਾ੮੭੩)

shoddehi ann karehi paakhandd | naa sohaagan naa ouhi randd |

ਜੋ ਲੋਕ ਅੰਨ ਛੱਡਦੇ ਹਨ ਉਹ ਪਾਖੰਡ ਕਰਦੇ ਹਨ।ਉਹ ( ਕੁਚਜੀਂ ਜ਼ਨਾਨੀਆਂ ਵਰਗੇ ਹਨ ਜੋ)ਨਾ ਸੁਹਾਗਣ ਹਨ ਨਾ ਰੰਡੀਆਂ।

One who discards grain, is practicing hypocrisy. She is neither a happy soul-bride, nor a widow.

੧੧.ਵਰਤੁ ਤਪਨੁ[੧] ਕਰਿ ਮਨੁ ਨਹੀ ਭੀਜੈ ॥ (ਪੰਨਾ੯੦੫)

varath thapan[1] kar man nehee bheejai |

ਵਰਤ ਰਖਣ ਨਾਲ ਤੇ ਤੱਪਸਿਆ[੧] ਨਾਲ ਮਨ ਨਰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

The mind is not softened by fasting or austerities[1].

੧੨.ਨਉਮੀ ਨੇਮੁ ਸਚੁ ਜੇ ਕਰੈ ॥ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧੁ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਉਚਰੈ[੧] ॥
ਦਸਮੀ ਦਸੇ ਦੁਆਰ ਜੇ ਠਾਕੈ[੨] ਏਕਾਦਸੀ ਏਕੁ ਕਰਿ ਜਾਣੈ ॥
ਦੁਆਦਸੀ ਪੰਚ ਵਸਗਤਿ[੩] ਕਰਿ ਰਾਖੈ ਤਉ ਨਾਨਕ ਮਨੁ ਮਾਨੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੪੫)

noumee naem sach jae karai |kaam krodh thrisanaa oucharai[1] |
dhasamee dhasae dhuaar jae thaakai [2]eaekaadhasee eaek kar jaanai |
dhuaadhasee panch vasagath[3] kar raakhai tho naanak mun maanai |

ਹੇ ਨਾਨਕ !ਜੇ ਇਨਸਾਨ ਸੱਚ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਨੂੰ ਨੌਵੀਂ ਥਿਤ ਦਾ ਵਰਤ ਬਣਾਏ ਅਤੇ ਕਾਮ,ਗੁੱਸੇ ਤੇ ਲਾਲਚ ਨੂੰ ਦੂਰ[੧] ਕਰ ਲਵੇ, ਜੇ ਕਰ ਦਸਵੀਂ ਥਿਤ ਦੇ ਵਰਤ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਸਾਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ[੨] ਵਿਚ ਰਖੇ, ਚੰਦ ਦੀ ਗਿਆਰਵੀਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਰ ਕੇ ਅਨਭਵ ਕਰੇ, ਜੇ ਕਾਮਾਦਿਕ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ[੩] ਰਖਣ ਨੂੰ ਬਾਰ੍ਹਵੀਂ ਥਿਤ ਦਾ ਵਰਤ ਸਮਝੇ ਤਾਂ ਓਸਿ ਦਾ ਮਨ ਪ੍ਰਸਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

On the ninth day of the month, if one makes a vow to speak the Truth ,and sexual desire, anger and desire are eaten up[1], in the tenth day, one regulates[2] ten doors; on the eleventh day, knows that the Lord is One, on the twelfth day, the five thieves are subdued[3], then, O Nanak, the mind is pleased and appeased.

੧੩.ਇਕਿ ਅੰਨੁ ਨ ਖਾਹਿ ਮੂਰਖ ਤਿਨਾ ਕਿਆ ਕੀਜਈ ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੮੫)

eik ann n khaahi moorakh thinaa kiaa keejee |

ਕਈ ਮੂਰਖ ਅੰਨ ਨਹੀਂ ਖਾਦੇ; ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ?

Some refuse to eat; what can be done with these fools?

## ੧੪.ਕਬੀਰ ਹਰਿ ਕਾ ਸਿਮਰਨੁ ਛਾਡਿ ਕੈ ਅਹੋਈ[੧] ਰਾਖੈ ਨਾਰਿ ॥
## ਗਦਹੀ ਹੋਇ ਕੈ ਅਉਤਰੈ[੨] ਭਾਰੁ ਸਹੈ ਮਨ ਚਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੦)

kabeer har kaa simaran shaadd kai ahoee[1] raakhai naar |
gadhehee hoe kai aoutharai[2] bhaar sehai man chaar |

ਹੇ ਕਬੀਰ !ਜੇ ਕੋਈ ਮੂਰਖ ਇਸਤ੍ਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਤਿਆਗ ਕੇ ਸੀਤਲਾ ਦਾ ਵਰਤ[੧] ਰੱਖਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ ਉਹ ਖੋਤੀ ਦੀ ਜੂਨ[੨] ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤੇ (ਹੋਰ ਖੋਤੇ ਖੋਤੀਆਂ ਵਾਂਗ ਛੱਟਾ ਆਦਿਕ ਦਾ) ਚਾਰ ਮਣ ਭਾਰ ਢੋਂਦੀ ਹੈ ।

Kabeer, the woman who gives up meditation on the Lord, and observes the ritual fast[1] of Ahoi, shall be reincarnated[2] as a donkey, to carry heavy burdens.

## ੧੫.ਵਰਤ ਨੇਮੁ ਸੁਚ ਸੰਜਮੁ ਪੂਜਾ ਪਾਖੰਡਿ ਭਰਮੁ ਨ ਜਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੨੩)

varath naem such sanjam poojaa paakhandd bharam n jaae |

ਵਰਤ, ਧਾਰਮਕ ਨਿਤਨੇਮ, ਸੁਚਮਤ, ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਜਣ ਨਾਲ ਪਖੰਡ ਤੇ ਸੰਦੇਹ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

By ritualistic fasts, vows, purities, self-disciplines and worship ceremonies, they still cannot get rid of their hypocrisy and doubt.

# FIVE THIEVES----ਪੰਜ ਚੋਰ

੧.ਪੰਚ ਬਿਖਾਦੀ[੧] ਏਕੁ ਗਰੀਬਾ ਰਾਖਹੁ ਰਾਖਨਹਾਰੇ ॥
ਖੇਦੁ[੨] ਕਰਹਿ ਅਰੁ ਬਹੁਤੁ ਸੰਤਾਵਹਿ ਆਇਓ ਸਰਨਿ ਤੁਹਾਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੨੦੫)

panch bikhaadhee[1] eaek gareebaa raakhahu raakhanehaarae |
khaedh[2] karehi ar bahuth santhaavehi aaeiou saran thuhaarae |
ਹੇ ਬਚਾਉਣਹਾਰ ਪ੍ਰਭੂ !ਮੈਂ ਗ਼ਰੀਬ ਇੱਕਲਾ ਹਾਂ ਤੇ ਪੰਜ(ਕਾਮ ਆਦਿਕ) ਮੇਰੇ ਵੈਰੀ[੧] ਹਨ।ਮੈਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਲੈ। ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਦੁਖ[੨] ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਤਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਪਨਾਹ ਲਈ ਹੈ।

The five vicious[1] thieves are assaulting my poor soul; save me, O Savior Lord! They are tormenting[2] and torturing me. I have come, seeking Your Sanctuary.

੨.ਸਾਧੋ ਮਨ ਕਾ ਮਾਨੁ ਤਿਆਗਉ ॥
ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਸੰਗਤਿ ਦੁਰਜਨ[੧] ਕੀ ਤਾ ਤੇ ਅਹਿਨਿਸਿ[੨] ਭਾਗਉ ॥(ਪੰਨਾ੨੧੮)

saadho man kaa maan thiaago |
kaam krodh sangath dhurajan[1] kee thaa thae ahinis[2] bhaago |
ਹੇ ਸਾਧੋ !ਮਨ ਦੇ ਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿਉ।ਕਾਮ, ਗੁੱਸੇ ਤੇ ਮੰਦੇ ਮਨੁੱਖ[੧] ਤੋਂ ਦਿਨ ਰਾਤ[੨] ਦੂਰ ਰਹੋ।

Holy Saadhus: forsake the pride of your mind. Sexual desire, anger and the company of evil people[1] - run away from them, day and night[2].

3.ਲਾਲਚ ਝੂਠ ਬਿਖੈ ਬਿਆਧਿ[੧] ਇਆ ਦੇਹੀ ਮਹਿ ਬਾਸ ॥(ਪੰਨਾ੨੫੯)

laalach jhooth bikhai biaadh[1] eiaa dhaehee mehi baas |
ਇਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਲੋਭ,ਝੂਠ ਤੇ ਪਾਪਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ[੧] ਵਸਦੀਆਂ ਹਨ।

The afflictions of greed, falsehood and corruption[1] abide in this body.

੪.ਪਰਹਰੁ[੧] ਲੋਭੁ ਅਰੁ ਲੋਕਾਚਾਰੁ ॥ਪਰਹਰੁ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੩੨੪)

parehar[1] lobh ar lokaachaar | parehar kaam krodh ahankaar |
ਲਾਲਚ, ਵਿਖਾਵਾ, ਵਿਸ਼ੇ ਭੋਗ, ਗੁੱਸਾ ਤੇ ਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਤਿਆਗ[੧] ਦੇ।

Set aside[1] your greed and worldly ways. Set aside sexual desire, anger and egotism.

੫. ਜਾਂ ਪੰਚ ਰਾਸੀ[੧] ਤਾਂ ਤੀਰਥ ਵਾਸੀ ॥(ਪੰਨਾ੩੫੬) jaa panch raasee[1] thaa theerath vaasee |
ਜਦ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਪੰਜ ਵਿਸ਼ੇ ਵੇਗਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰ[੧] ਲਵੇਂ ਗਾ ਤਾਂ ਤੂੰ ਤੀਰਥ ਅਸਥਾਨ ਤੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਜਾਵੇਂ ਗਾ।

When you conquer[1] the five passions, then you shall come to dwell at the sacred shrine of pilgrimage.

੬.ਚਾਰਿ ਬਰਨ ਚਉਹਾ ਕੇ ਮਰਦਨ ਖਟੁ[੧] ਦਰਸਨ ਕਰ ਤਲੀ ਰੇ ॥
ਸੁੰਦਰ ਸੁਘਰ ਸਰੂਪ ਸਿਆਨੇ ਪੰਚਹੁ ਹੀ ਮੋਹਿ ਛਲੀ[੨] ਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੪੦੪)

chaar baran chouhaa kae maradhan khatt[1] dharasan kar thalee rae |
sundhar sughar saroop siaanae panchahu hee mohi shalee[2] rae |
ਚਾਰੇ ਜ਼ਾਤਾਂ ਦੇ ਨੇਕ ਬੰਦੇ, ਉਹ ਪੁਰਸ਼ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਥੇਲੀ ਉੱਤੇ ਛੇ [੧] ਸ਼ਾਸਤਰ ਹਨ,ਸੁੰਦਰ, ਕਾਮਲ,ਬਾਂਕੇ ਤੇ ਅਕਲਮੰਦ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੇ ਮੋਹਤ ਕਰ ਕੇ ਠੱਗ[੨] ਲਿਆ ਹੈ।

The four castes and social classes, and the men with the six[1] Shaastras on their finger-tips, the beautiful, the refined, the shapely and the wise - the five passions have enticed and beguiled[2] them all.

੭.ਇਸੁ ਦੇਹੀ ਅੰਦਰਿ ਪੰਚ ਚੋਰ ਵਸਹਿ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਲੋਭੁ ਮੋਹੁ ਅਹੰਕਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ ੬੦੦)
eis dhaehee andhar panch chor vasehi kaam krodh lobh mohu ahankaaraa |
ਇਸ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਕਾਮ,ਗੁੱਸਾ, ਲਾਲਚ, ਸੰਸਾਰੀ ਮਮਤਾ ਤੇ ਹੰਕਾਰ ਪੰਜ ਚੋਰ ਵਸਦੇ ਹਨ।
Within this body dwell the five thieves: sexual desire, anger, greed, emotional attachment and egotism.

੮.ਪੰਚ ਚੋਰ ਆਗੈ ਭਗੇ ਜਬ ਸਾਧਸੰਗੇਤ ॥(ਪੰਨਾ੮੧੦)
panch chor aagai bhagae jab saadhasangaeth |
ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਤਾਂ (ਕਾਮਾਦਿਕ) ਪੰਜ ਚੋਰ ਭਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
The five thieves run away, when one joins the Saadh Sangat, the Company of the Holy.

੯.ਤਸਕਰ੧ ਪੰਚ ਨਿਵਾਰਹੁ ਠਾਕੁਰ ਸਗਲੋ ਭਰਮਾ ਹੋਮਿ ਜਰਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ੮੨੮)
thasakar[1] panch nivaarahu thaakur sagalo bharamaa hom jarahu |
ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ ਕਾਮਾਦਿਕ ਪੰਜ ਚੋਰ੧ ਕੱਢ ਦੇ ਤੇ ਮੇਰੀ ਸਾਰੀ ਭਟਕਣਾ ਅੱਗ ਵਿਚ ਸਾੜ ਦੇ।
Drive out the five thieves[1], O my Lord , and let my doubts all burn like incense.

੧੦.ਸਗਲ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕੇ ਪੰਚ ਸਿਕਦਾਰ ॥ਰਾਮ ਭਗਤ ਕੇ ਪਾਨੀਹਾਰ ॥(ਪੰਨਾ੮੬੫)
sagal srisatt kae panch sikadhaar | raam bhagath kae paaneehaar |
।ਇਹ ਪੰਜ ਚੋਰ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਲੀਡਰ ਹਨ,ਪਰ ਰੱਬ ਦੇ ਭਗਤਾਂ ਦੇ ਇਹ ਪਾਣੀ ਭਰਨ ਵਾਲੇ ਹਨ।
The five demons are the rulers of the whole world, but they are just water-carriers for the Lord's devotee.

੧੧.ਵਸਗਤਿ ਪੰਚ ਕਰੇ ਨਹ ਡੋਲੈ ॥(ਪੰਨਾ੮੭੭) vasagath panch karae neh ddolai |
ਜੋ ਪੰਜੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਸ ਵਿਚ ਕਰੀ ਰਖਦਾ ਹੈ (ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ) ਉਹ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਡੋਲਦਾ ।
One who subdues the five passions does not waver.

੧੨.ਤਿਆਗਨਾ ਤਿਆਗਨੁ ਨੀਕਾ੧ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਲੋਭੁ ਤਿਆਗਨਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੬੮)
thiaaganaa thiaagan neekaa[1] । kaam krodh lobh thiaaganaa |
ਕਾਮ ,ਗੁੱਸੇ ਤੇ ਲਾਲਚ ਆਦਿਕ ਵਿਕਾਰਾ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦੇਣਾ ਸਾਰੇ ਤਿਆਂਗਾਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ੧ ਤਿਆਗ ਹੈ।
Renunciation, - noble[1] is the renunciation of sexual desire, anger and greed.

੧੩. ਪੰਚ ਦੂਤ ਚਿਤਵਹਿ੧ ਵਿਕਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੬੮) panch dhooth chithavehi1 vikaaraa |
ਇਹ ਪੰਜ ਵੈਰੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੁਰਾਈ ਦਾ ਹੀ ਧਿਆਨ੧ ਧਰਦੇ ਹਨ।
The five demons think[1] of evil and corruption.

੧੪.ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਲੋਭੁ ਮੋਹੁ ਅਭਿਮਾਨੁ ਬਿਖੈ੧ ਰਸ ਇਨ ਸੰਗਤਿ ਤੇ ਤੂ ਰਹੁ ਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੧੮)
kaam krodh lobh mohu abhimaan bikhai[1] ras ein sangath thae thoo rahu rae |
ਕਾਮ,ਗੁੱਸਾ,ਲੋਭ, ਸੰਸਾਰੀ ਮਮਤਾ,ਹੰਕਾਰ ਤੇ ਪਾਪਾਂ ਭਰੇ੧ ਚਸਕਿਆਂ ਦੇ ਸਾਥ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿ।
Sexual desire, anger, greed, attachment, egotism and corrupt[1] pleasures - stay away from these.

੧੫.ਤਨ ਮਹਿ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਹਉ ਮਮਤਾ ਕਠਿਨ ਪੀਰ ਅਤਿ ਭਾਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੧੨੬)
than mehi kaam krodh ho mamathaa kathin peer ath bhaaree |
ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕਾਮ, ਗੁੱਸਾ,ਹੰਕਾਰ ਤੇ ਸੰਸਾਰੀ ਲਗਨ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪੀੜ ਉਠ ਰਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਸਹਾਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ।

Within the body are sexual desire, anger, egotism and attachment. This pain is so great, and so difficult to endure.

੧੬.ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮੋਹਿ ਬਿਆਪਿਆ ॥ਜਿਨਿ ਪ੍ਰਭਿ ਕੀਨਾ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਨਹੀ ਜਾਪਿਆ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੪੯)

kaam krodh lobh mohi biaapiaa |jin prabh keenaa so prabh nehee jaapiaa |
ਮਨੁੱਖ, ਕਾਮ,ਕ੍ਰੋਧ,ਲਾਲਚ ਤੇ ਸੰਸਾਰੀ ਮਮਤਾ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਿਸ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਜਪਦਾ।

The mortal is engrossed in sexual desire, anger, greed and attachment. He does not meditate on God who created him.

੧੭.ਪੰਚ ਮਜਮੀ[1] ਜੋ ਪੰਚਨ ਰਾਖੈ ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੫੧) panch majamee[1] jo panchan raakhai |
ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਜੋ (ਕਾਮਾਦਿਕ) ਪੰਜ ਚੋਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭ ਰਖਦਾ ਹੈ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੂਪ[1] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

One who harbors the five thieves, becomes the embodiment[1] of these five.

੧੮.ਦੁਆਦਸੀ ਪੰਚ ਵਸਗਤਿ ਕਰਿ ਰਾਖੈ ਤਉ ਨਾਨਕ ਮਨੁ ਮਾਨੈ ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੫)

dhuaadhasee panch vasagath kar raakhai tho naanak man maanai |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਜੇ ਕੋਈ ਪੰਜ ਕਾਮਾਦਿਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰਖਣ ਨੂੰ ਬਾਰ੍ਹਵੀਂ ਦਾ ਵਰਤ ਬਣਾਏ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

On the twelfth day, the five thieves are subdued, and then, O Nanak, the mind is pleased and appeased.

੧੯.ਗਿਆਨ ਖੜਗ[1] ਪੰਚ ਦੂਤ ਸੰਘਾਰੇ[2] ਗੁਰਮਤਿ ਜਾਗੈ ਸੋਇ ॥( ਪੰਨਾ੧੪੧੪)

giaan kharrag[1] panch dhooth sanghaarae[2] guramath jaagai soe |
ਹੇ ਭਾਈ ! (ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ) ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੂਝ ਦੀ ਤਲਵਾਰ[1] (ਫੜ ਕੇ ਕਾਮਾਦਿਕ) ਪੰਜ ਵੈਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰ[2]ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ (ਮਾਇਆ ਦੇ ਹੱਲਿਆਂ ਵਲੋਂ) ਸੁਚੇਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ।

He who kills[2] the five demons with the sword[1] of spiritual wisdom remains awake and aware to the Guru's Teachings.

੨੦.ਪੰਚ ਦੂਤ ਕਾਇਆ[1] ਸੰਘਾਰਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੪੫) panch dhooth kaaeiaa[1] sanghaarehi |
ਇਹ (ਕਾਮਾਦਿਕ) ਪੰਜ ਚੋਰ ਸਰੀਰ[1] ਨੂੰ ਗਾਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। The five demons destroy the body[1].

੨੧.ਏਕੁ ਮੰਦਰੁ ਪੰਚ ਚੋਰ ਹਹਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਬੁਰਿਆਈਆ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੯੬)

eaek mandhar panch chor hehi nith karehi buriaaeeaa |
ਇਹ ਮੰਦਰ (ਸਰੀਰ) ਇੱਕ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਪੰਜ ਚੋਰ ਹਨ ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਕੁਕਰਮ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

In the one temple of the body are the five thieves, who continually misbehave.

੨੨.ਦੇਹੀ ਨਗਰਿ ਤਸਕਰ ਪੰਚ ਧਾਤੂ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਹਰਿ ਕਾਢੇ ਮਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੩੫)

dhaehee nagar thasakar panch dhaathoo gur sabadhee har kaatae maar |
ਸਰੀਰ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ ਭਾਵ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ ਪਾਣ ਵਾਲੇ ਪੰਜ ਚੋਰ ਵਸਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਬਰਕਤ ਨਾਲ ਮਾਰ ਕੇ ਬਾਹਰ ਕਢ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

The five plundering thieves are in the body-village; through the Word of the Guru's *Shabad*, I have beaten them and driven them out.

੨੩.ਬਿਨੁ ਬਸਿ ਪੰਚ ਕਹਾ ਮਨ ਚੂਰੇ[1] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੪੦) bin bas panch kehaa man choorae [1]|

ਪੰਜ ਚੋਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨ ਨਹੀਂ ਮਾਰਿਆ[੧] ਜਾ ਸਕਦਾ।
Without overcoming the five thieves, how can the mind be subdued[1]?

੨੫.ਭਾਖਿ[੧] ਲੇ ਪੰਚੈ ਹੋਇ ਸਬੂਰੀ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੫੮) bhaakh[1] lae panchai hoe sabooree |
ਤੂੰ ਪੰਜਾਂ(ਕਾਮਾਦਿਕਾਂ) ਨੂੰ ਖਤਮ[੧] ਕਰ ਦੇ,(ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਸੰਤੋਖ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਗਾ।
consume[1] the five demons and you shall be blessed with contentment.

# FLES& MEAT----ਮਾਸ

੧.ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਸਹੁ ਨਿੰਮਿਆ[1] ਮਾਸੈ ਅੰਦਰਿ ਵਾਸੁ ॥
ਜੀਉ ਪਾਇ ਮਾਸੁ ਮੁਹਿ ਮਿਲਿਆ ਹਡੁ ਚੰਮੁ ਤਨੁ ਮਾਸੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੮੯)

pehilaa maasahu ninmiaa[1]maasai andhar vaas |
jeeo paae maas muhi miliaa hadd chanm than maas |
ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਮਾਸ ਤੋਂ ਹੀ ਜੀਵ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੱਝਦਾ[1] ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਮਾਸ(ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ) ਵਿਚ ਹੀ ਵਸਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਜੀਵ ਵਿਚ ਜਾਨ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਮੂੰਹ,ਹੱਡ,ਚੰਮ ਤੇ ਸਰੀਰ ਮਾਸ ਤੋਂ ਹੀ ਬਣਦੇ ਹਨ।

First, the mortal is conceived[1] in the flesh, and then he dwells in the flesh. When he comes alive, his mouth takes flesh; his bones, skin and body are flesh.

੨.ਮਾਸਹੁ ਬਾਹਰਿ ਕਢਿਆ ਮੰਮਾ ਮਾਸੁ ਗਿਰਾਸੁ[1] ॥
ਮੁਹੁ ਮਾਸੈ ਕਾ ਜੀਭ ਮਾਸੈ ਕੀ ਮਾਸੈ ਅੰਦਰਿ ਸਾਸੁ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੮੯)

maasahu baahar katiaa manmaa maas giraas[1] |
muhu maasai kaa jeebh maasai kee maasai andhar saas |
ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ(ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿਚੋਂ) ਬਾਹਰ ਕਢਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਸ ਦੇ ਬਣੇ ਥਣਾਂ ਵਿਚੋਂ ਖੁਰਾਕ[1] ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਮੂੰਹ ਤੇ ਜੀਭ ਵੀ ਮਾਸ ਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਸਾਹ ਵੀ ਮਾਸ ਵਿਚੋਂ ਹੀ ਹੈ।

He comes out of the womb of flesh, and takes a mouthful[1] of flesh at the breast. His mouth is flesh, his tongue is flesh; his breath is in the flesh.

੩.ਵਡਾ ਹੋਆ ਵੀਆਹਿਆ ਘਰਿ ਲੈ ਆਇਆ ਮਾਸੁ ॥
ਮਾਸਹੁ ਹੀ ਮਾਸੁ ਊਪਜੈ ਮਾਸਹੁ ਸਭੋ ਸਾਕੁ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੮੯)

vaddaa hoaa veeaahiaa ghar lai aaeiaa maas |
maasahu hee maas oopajai maasahu sabho saak |
ਜਦ ਉਹ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਵਿਆਹ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਸ(ਇਸਤ੍ਰੀ) ਘਰ ਲੈ ਕੇ ਆਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਸ ਤੋਂ ਹੀ ਮਾਸ(ਬੱਚਾ) ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਮਾਸ ਤੋਂ ਹੀ ਬਣੇ ਹਨ।

He grows up and is married, and brings his wife of flesh into his home. Flesh is produced from flesh; all relatives are made of flesh.

੪.ਮਾਸੁ ਮਾਸੁ ਕਰਿ ਮੂਰਖੁ ਝਗੜੇ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਨਹੀ ਜਾਣੈ ॥
ਕਉਣੁ ਮਾਸੁ ਕਉਣੁ ਸਾਗੁ ਕਹਾਵੈ ਕਿਸੁ ਮਹਿ ਪਾਪ ਸਮਾਣੇ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੮੯)

maas maas kar moorakh jhagarrae giaan dhiaan nehee jaanai |
koun maas koun saag kehaavai kis mehi paap samaanae |
ਮੂਰਖ ਲੋਕ ਮਾਸ ਬਾਰੇ ਝਗੜਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਮਾਸ ਤੇ ਸਾਗ ਵਿਚ ਕੀ ਫਰਕ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸ ਦੇ ਖਾਣ ਵਿਚ ਪਾਪ ਹੈ।

The fools argue about flesh and meat, but they know nothing about meditation and spiritual wisdom. What is called meat, and what is called green vegetables? What leads to sin?

੫.ਗੈਂਡਾ ਮਾਰਿ ਹੋਮ ਜਗ ਕੀਏ ਦੇਵਤਿਆ ਕੀ ਬਾਣੇ [1]॥
ਮਾਸੁ ਛੋਡਿ ਬੈਸਿ ਨਕੁ ਪਕੜਹਿ ਰਾਤੀ ਮਾਣਸ ਖਾਣੇ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੮੯)

gaiddaa maar hom jag keeeae dhaevathiaa kee baanae[1] |
maas shodd bais nak pakarrehi raathee maanas khaanae |

ਦੇਵਤਿਆਂ ਦਾ ਇਹ ਸੁਭਾਉ[1] ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਗੈਂਡੇ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਹੋਮ ਤੇ ਜੱਗ ਕਰਦੇ ਸਨ।ਜੋ ਮਾਸ ਨੂੰ ਤਿਆਗਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਾਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਬੈਠਣ ਤੇ ਨੱਕ ਫੜ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਰਾਤ ਵੇਲੇ (ਚੋਰੀ ਛਿਪੇ) ਮਾਸ ਖਾਂਦੇ ਹਨ।

It was the habit[1]of the gods to kill the rhinoceros, and offer them as sacred food in the *Yagas*. Those who renounce meat, and hold their noses when sitting near it, devour human lives at night.

੬.ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਕੀ ਰਕਤੁ ਨਿਪੰਨੇ[1] ਮਛੀ ਮਾਸੁ ਨ ਖਾਂਹੀ ॥
ਇਸਤ੍ਰੀ ਪੁਰਖੈ ਜਾਂ ਨਿਸਿ ਮੇਲਾ ਓਥੈ ਮੰਧੁ ਕਮਾਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੮੯)

maath pithaa kee rakath nipannae 1mashee maas n khaahee |
eisathree purakhai jaa nis maelaa outhai mandh kamaahee |
ਲੋਕ ਮਾਂ ਤੇ ਪਿਉ ਦੇ ਲਹੂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ,ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਮੱਛੀ ਮਾਸ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ।ਜਦੋਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਜ਼ਨਾਨੀ ਤੇ ਮਰਦ ਇਕੱਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮਾਸ ਨਾਲ ਹੀ ਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹਨ।

They are produced from the blood of their mothers and fathers, but they do not eat fish or meat. But when men and women meet in the night, they come together in the flesh.

੭.ਮਾਸਹੁ ਨਿੰਮੇ ਮਾਸਹੁ ਜੰਮੇ ਹਮ ਮਾਸੈ ਕੇ ਭਾਂਡੇ ॥
ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਕਛੁ ਸੂਝੈ ਨਾਹੀ ਚਤੁਰੁ ਕਹਾਵੈ ਪਾਂਡੇ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੯੦)

maasahu ninmae maasahu janmae ham maasai kae bhaaddae |
giaan dhiaan kash soojhai naahee chathur kehaavai paaddae |
ਸਾਡਾ ਮੁੱਢ ਮਾਸ ਤੋਂ ਹੀ ਬੱਝਾ ਹੈ ਤੇ ਅਸੀਂ ਮਾਸ ਤੋਂ ਹੀ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਾਂ।ਅਸੀਂ ਮਾਸ ਦੇ ਪੁਤਲੇ(ਬਰਤਨ)ਹਾਂ।ਪੰਡਤ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿਆਣਾ ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਗਿਆਨ ਦਾ ਕੁੱਝ ਪਤਾ ਨਹੀਂ।

In the flesh we are conceived, and in the flesh we are born; we are vessels of flesh. The religious scholar knows nothing of spiritual wisdom and meditation, even though he calls himself clever.

੮.ਬਾਹਰ ਕਾ ਮਾਸੁ ਮੰਦਾ ਸੁਆਮੀ ਘਰ ਕਾ ਮਾਸੁ ਚੰਗੇਰਾ ॥
ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਮਾਸਹੁ ਹੋਏ ਜੀਇ ਲਇਆ ਵਾਸੇਰਾ ॥
ਅਭਖੁ[1] ਭਖਹਿ ਭਖੁ ਤਜਿ ਛੋਡਹਿ ਅੰਧੁ ਗੁਰੂ ਜਿਨ ਕੇਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੯੦)

baahar kaa maas mandhaa suaamee ghar kaa maas changaeraa |
jeea janth sabh maasahu hoeae jeee laeiaa vaasaeraa |
abhakh[1] bhakhehi bhakh thaj shoddehi andh guroo jin kaeraa |
ਹੇ ਸੁਆਮੀ !ਤੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਲਿਆਂਦੇ ਮਾਸ ਨੂੰ ਬੁਰਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਮਾਸ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਸਮਝਦਾ ਹੈਂ। ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਮਾਸ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਨੇ ਵੀ ਮਾਸ ਵਿਚ ਡੇਰਾ ਲਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਗੂ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੈ ਉਹ ਨਾ ਖਾਣ ਯੋਗ[1] ਨੂੰ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਖਾਣ ਯੋਗ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

O master, you believe that flesh brought from outside is bad, but the flesh of those in your own home is good. All beings and creatures are flesh; the soul has taken up its home in the flesh. They eat the uneatable[1]; they reject and abandon what they could eat. They have a teacher who is blind.

੯.ਮਾਸੁ ਪੁਰਾਣੀ ਮਾਸੁ ਕਤੇਬੀ ਚਹੁ ਜੁਗਿ ਮਾਸੁ ਕਮਾਣਾ ॥
ਜਜਿ[1] ਕਾਜਿ ਵੀਆਹਿ ਸੁਹਾਵੈ ਓਥੈ ਮਾਸੁ ਸਮਾਣਾ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੯੦)

maas puraanee maas kathaebaaee chahu jug maas kamaanaa |
jaj[1]kaaj veeaahi suhaavai outhai maas samaanaa |
ਪੁਰਾਣਾਂ, ਕੁਰਾਨ ਤੇ ਬਾਈਬਲ ਵਿਚ ਵੀ ਮਾਸ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ ਅਤੇ ਚਾਰੇ ਯੁਗਾਂ ਅੰਦਰ ਮਾਸ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਯੱਗਾਂ[1] ਤੇ ਵਿਆਹਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਮਾਸ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮਾਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਹੈ।

Meat is mentioned in the Puraanas, meat is mentioned in the Bible and the Koran. Throughout the four ages, meat has been used. It is featured in sacred feasts[1] and marriage festivities; meat is used in them.

੧੦.ਇਸਤ੍ਰੀ ਪੁਰਖ ਨਿਪਜਹਿ[੧] ਮਾਸਹੁ ਪਾਤਿਸਾਹ ਸੁਲਤਾਨਾਂ ॥

---------------------------------

ਪਾਂਡੇ ਤੂ ਜਾਣੈ ਹੀ ਨਾਹੀ ਕਿਥਹੁ ਮਾਸੁ ਉਪੰਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੯੦)

eisathree purakh nipajehi[1] maasahu paathisaah sulathaanaa |
paaddae thoo jaanai hee naahee kithahu maas oupannaa |
ਇਸਤ੍ਰੀ , ਮਰਦ. ਸ਼ਾਹ ਤੇ ਮਹਾਰਾਜੇ ਸਾਰੇ ਮਾਸ ਤੋਂ ਹੀ ਪੈਦਾ[੧] ਹੋਏ ਹਨ। ਹੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣ !ਤੈਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮਾਸ ਕਿਥੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।

Women, men, kings and emperors originate[1] from meat. O Pandit, you do not know where meat originated.

# FORGIVENESS---ਮਾਫੀ

੧.ਖਿਮਾ ਗਹੀ[1] ਬ੍ਰਤੁ ਸੀਲ ਸੰਤੋਖੰ ॥ਰੋਗੁ ਨ ਬਿਆਪੈ ਨਾ ਜਮ ਦੋਖੰ ॥(ਪੰਨਾ੨੨੩)

khimaa gehee[1] brath seel santhokhan |rog n biaapai naa jam dhokhan
ਮਾਫ ਕਰ[1] ਦੇਣਾ ਹੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਵਰਤ ਰਖਣਾ, ਚੰਗਾ ਆਚਰਣ ਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਹੈ।(ਮਾਫ ਕਰ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ)ਕੋਈ (ਆਤਮਕ) ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮੌਤ ਦਾ ਦੂਤ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਦੁਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

To practice[1] forgiveness is the true fast, good conduct and contentment. Disease does not afflict( a person who forgives) , nor does the pain of death.

੨.ਖਿਮਾ ਗਹੀ ਸਚੁ ਸੰਚਿਓ[1] ਖਾਇਓ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਨਾਮ ॥ (ਪੰਨਾ੨੬੧)

khimaa gehee sach sanchio[1] khaaeiou anmrith naam |
ਮਾਫ ਕਰਨ ਤੇ ਸੱਚ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ[1] ਨਾਲ ਹੀ ਜੀਵ ਨਾਮ ਰੂਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭੁਚੰਦਾ ਹੈ।

Adopting an attitude of tolerance, and gathering[1] truth, one partakes of the Ambrosial Nectar of the Name.

੩.ਦੁਬਿਧਾ[1] ਮੇਟਿ ਖਿਮਾ ਗਹਿ ਰਹਹੁ ॥(ਪੰਨਾ ੩੪੩) dhubidhaa[1] maett khimaa gehi rehahu |
ਦਵੈਤ ਭਾਵ[1] ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਮਾਫ ਕਰਨ ਦੀ ਅਦਤ ਪਾਉ।

So erase your duality[1] and hold tight to forgiveness,

੪.ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਮਨੈ ਮਹਿ ਮੁੰਦ੍ਰਾ ਖਿੰਥਾ[1] ਖਿਮਾ ਹਢਾਵਉ ॥ (ਪੰਨਾ੩੫੯)

gur kaa sabadh manai mehi mundhraa khinthaa[1] khimaa hataavo |
ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਮੇਰੇ ਮਨ ਦੇ ਮੁੰਦਰਨੇ ਹਨ(ਮੈਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਮਨ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਲਿਆ ਹੈ)।ਮੈਂ ਖਿਮਾ ਦੀ ਗੋਦੜੀ[1] ਪਹਿਨਦਾ ਹਾਂ।

The Word of the Guru's *Shabad* are the ear-rings in my mind, and I wear the patched coat[1] of tolerance.

੫.ਖਿਮਾ ਸੀਗਾਰ ਕਰੇ ਪ੍ਰਭ ਖੁਸੀਆ ਮਨਿ ਦੀਪਕ ਗੁਰ ਗਿਆਨੁ ਬਲਈਆ ॥ (ਪੰਨਾ ੮੩੬)

khimaa seegaar karae prabh khuseeaa man dheepak gur giaan baleeaa |
ਜਿਹੜੀ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਖਿਮਾ ਵਾਲੇ ਸੁਭਾਵ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਜਾਵਟ ਬਣਾਂਦੀ ਹੈ,ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਉਸ ਉਤੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੂਝ (ਦਾ) ਦੀਵਾ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਜਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

The soul-bride that adorns herself with compassion and forgiveness, God is pleased with her, and her mind is illumined with the lamp of the Guru's wisdom.

੬.ਖਿਮਾ ਵਿਹੂਣੇ[1] ਖਪਿ ਗਏ ਖੂਹਣਿ[2] ਲਖ ਅਸੰਖ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੩੦)

khimaa vihoonae[1] khap geae khoohan[2] lakh asankh |
ਖਿਮਾ ਹੀਣ(ਖਿਮਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ[1]) ਹੋ ਕੇ ਲੱਖਾਂ,ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਤੇ ਅਣਗਿਣਤ[2]ਜੀਵ ਮਰ ਖੱਪ ਗਏ ਹਨ।

Without[1] patience and forgiveness, countless[2] hundreds of thousands have perished.

੭.ਖਿਮਾ ਗਹਹੁ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੩੦) khimaa gehahu sathigur saranaaee |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੈ ਸ਼ਰਨ ਪੈ ਕੇ ਖਿਮਾ ਦਾ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰੋ।

Hold tight to compassion in the Sanctuary of the True Guru.

੮.ਤਾ ਕੇ ਲਖਣ ਜਾਣੀਅਹਿ ਖਿਮਾ ਧਨੁ ਸੰਗ੍ਰਹੇਇ[1] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੭੧)

thaa kae lakhan jaaneeaahi khimaa dhan sangrehaee[1] |

ਉਸ ( ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਾਲੇ) ਦੀ ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਣੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਖਿਮਾ ਦੀ ਦੌਲਤ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ।

Know that the sign of such a person is that he gathers[1] the wealth of compassion.

੯.ਫਰੀਦਾ ਜੋ ਤੈ ਮਾਰਨਿ ਮੁਕੀਆਂ ਤਿਨ੍ਾ ਨ ਮਾਰੇ ਘੁੰਮਿ[੧] ॥
ਆਪਨੜੈ ਘਰਿ ਜਾਈਐ ਪੈਰ ਤਿਨ੍ਾ ਦੇ ਚੁੰਮਿ ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੭੮)

fareedhaa jo thai maaran mukeeaa thinaa n maarae ghunm[1] |
aapanarrai ghar jaaeeai pair thinaa dhae chunm |
ਹੇ ਫਰੀਦ! ਜੋ (ਮਨੁੱਖ) ਤੈਨੂੰ ਮੁੱਕੀਆਂ ਮਾਰਨ (ਭਾਵ, ਕੋਈ ਦੁੱਖ ਦੇਣ) ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੂੰ ਪਰਤ[੧] ਕੇ ਨਾ ਮਾਰੀਂ , ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੈਰ ਚੁੰਮ ਕੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ (ਸ਼ਾਂਤ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ) ਟਿਕਿਆ ਰਹੋ ।

Fareed, do not turn[1] around and strike those who strike you with their fists. Kiss their feet, and return to your own home.

੧੦.ਖਸਮਹਿ ਜਾਣਿ ਖਿਮਾ ਕਰਿ ਰਹੈ ॥ਤਉ ਹੋਇ ਨਿਖਿਅਉ[੧] ਅਖੈ[੨] ਪਦੁ ਲਹੈ ॥(ਪੰਨਾ੩੪੦)

khasamehi jaan khimaa kar rehai |tho hoe nikhiao[1] akhai[2] padh lehai |
ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਕੇ ਦਇਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਅਮਰ[੧] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਬਨਾਸੀ[੨] ਪਦਵੀ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

Knowing their Lord and Master, people show compassion; then, they become immortal[1], and attain the state of eternal[2]dignity.

੧੧.ਜਹਾ ਲੋਭੁ ਤਹ ਕਾਲੁ ਹੈ ਜਹਾ ਖਿਮਾ ਤਹ ਆਪਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੨)

jehaa lobh theh kaal hai jehaa khimaa theh aap |
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੋਭ ਹੋਵੇ, ਉਥੇ ਆਤਮਕ ਮੌਤ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਥੇ ਮਾਫੀ ਹੈ ਉਥੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੈ।

Where there is greed, there is death. Where there is forgiveness, there is God Himself.

੧੨.ਖਿਮਾ ਗਹੀ ਬ੍ਰਤੁ ਸੀਲ ਸੰਤੋਖੰ ॥ਰੋਗੁ ਨ ਬਿਆਪੈ ਨਾ ਜਮ ਦੋਖੰ ॥ (ਪੰਨਾ੨੨੩)

khimaa gehee brath seel santhokhan | rog n biaapai naa jam dhokhan |
ਜਿਹੜਾ ਆਦਮੀ ਮਾਫ ਕਰ ਦੇਣ ਦਾ ਸੁਭਾਵ ਧਾਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਲਈ ਇਹ ਹੀ ਵਰਤ, ਉਤਮ ਆਚਰਨ ਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਹੈ।ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ (ਆਤਮਕ) ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮੌਤ ਦਾ ਦੂਤ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਦੁਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

To practice forgiveness is the true fast, good conduct and contentment. Disease does not afflict him, nor does the pain of death.

# FRIENDSHIP & ENMITY---ਦੋਸਤੀ ਤੇ ਦੁਸ਼ਮਣੀ

## ੧.ਵਵਾ ਵੈਰੁ ਨ ਕਰੀਐ ਕਾਹੂ ॥ਘਟ[1] ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਬ੍ਰਹਮ ਸਮਾਹੂ ॥(ਪੰਨਾ੨੫੯)

vavaa vair n kareeai kaahoo |ghatt[1]ghatt anthar breham samaahoo |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹਰ ਇੱਕ ਦੇ ਦਿਲ[1] ਵਿਚ ਵਸਦਾ ਹੈ,ਇਸ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ।
Do not harbor hatred against anyone. In each and every heart[1], God is contained.

## ੨.ਸੋ ਸਾਜਨੁ ਸੋ ਸਖਾ ਮੀਤੁ ਜੋ ਹਰਿ ਕੀ ਮਤਿ ਦੇਇ ॥(ਪੰਨਾ੨੯੮)

so saajan so sakhaa meeth jo har kee math dhaee |
ਜਿਹੜਾ ਜੀਵ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਹੀ (ਤੁਹਾਡਾ) ਸਜਣ,ਸਾਥੀ ਤੇ ਮਿਤਰ ਹੈ।
He who imparts the Teachings of the Lord is your friend and companion.

## ੩.ਨਾਨਕ ਮਿਤ੍ਰਾਈ ਤਿਸੁ ਸਿਉ ਸਭ ਕਿਛੁ ਜਿਸ ਕੈ ਹਾਥਿ ॥
## ਕੁਮਿਤ੍ਰਾ[1] ਸੇਈ ਕਾਂਢੀਅਹਿ ਇਕ ਵਿਖ ਨ ਚਲਹਿ ਸਾਥਿ ॥(ਪੰਨਾ੩੧੮)

naanak mithraaee this sio sabh kish jis kai haath |
kumithraa[1] saeee kaateeahi eik vikh n chalehi saath |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਉਸ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਪਾ ਜਿਸ ਦੇ ਵਸ ਵਿਚ ਸਭ ਕੁੱਝ ਹੈ।ਉਹ ਝੂਠੇ[1] ਮਿੱਤਰ ਕਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇੱਕ ਕਦਮ ਵੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਚਲਦੇ।
O Nanak, become friends with the One who holds everything in His hands. They are accounted as false[1]friends, who do not go with you, for even one step.

## 4.ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੋਸਤੀ ਕਦੇ ਨ ਆਵੈ ਰਾਸਿ ॥
## ਜੇਹਾ ਜਾਣੈ ਤੇਹੋ ਵਰਤੈ ਵੇਖਹੁ ਕੋ ਨਿਰਜਾਸਿ[1] ॥(ਪੰਨਾ੪੭੪)

naal eiaanae dhosathee kadhae n aavai raas |
jaehaa jaanai thaeho varathai vaekhahu ko nirajaas[1] |
ਮੂਰਖ ਨਾਲ ਲਾਈ ਮਿਤ੍ਰਤਾ ਕਦੇ ਠਕਿ ਨਹੀਂ ਬੈਠਦੀ।ਉਹ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।ਕੋਈ ਅਜ਼ਮਾ[1] ਕੇ ਵੇਖ ਲਵੇ।
Friendship with a fool never works out right. As he knows, he acts; behold, and see that it is so[1].

## 5.ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੋਸਤੀ ਵਡਾਰੂ ਸਿਉ ਨੇਹੁ ॥
## ਪਾਣੀ ਅੰਦਰਿ ਲੀਕ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦਾ ਥਾਉ ਨ ਥੇਹੁ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੪)

naal eiaanae dhosathee vaddaaroo sio naehu |
paanee andhar leek jio this dhaa thaao n thaehu |
ਮੂਰਖ ਨਾਲ ਯਾਰੀ ਤੇ ਵੱਡੇ ਆਦਮੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ, ਜਲ ਵਿਚ ਲਕੀਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।
Friendship with a fool, and love with a pompous person, are like lines drawn in water, leaving no trace or mark.

## ੬.ਮਿਠਾ ਸੋ ਜੋ ਭਾਵਦਾ ਸਜਣੁ ਸੋ ਜਿ ਰਾਸਿ[1] ॥(ਪੰਨਾ੫੧੭)

mithaa so jo bhaavadhaa sajan so j raas[1]|
(ਅਸਲੀ) ਮਿੱਠਾ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਤੇ (ਅਸਲੀ) ਦੋਸਤ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਸੱਚਾ[1] ਹੈ।
That which is pleasing is sweet, and one who is sincere[1] is a friend.

੭.ਦੁਸਟਾ ਨਾਲਿ ਦੋਸਤੀ ਨਾਲਿ ਸੰਤਾ ਵੈਰੁ ਕਰੰਨਿ ॥
ਆਪਿ ਡੁਬੇ ਕੁਟੰਬ[੧] ਸਿਉ ਸਗਲੇ ਕੁਲ ਡੋਬੰਨਿ ॥(ਪੰਨਾ੭੫੫)

dhusattaa naal dhosathee naal santhaa vair karann |
aap ddubae kuttanb[1] sio sagalae kul ddobann |
ਜੋ ਭੈੜੇ ਬੰਦਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਤ੍ਰਤਾ ਗੰਢੀ ਰਖਦੇ ਹਨ,ਅਤੇ ਸੰਤ ਜਨਾਂ ਨਾਲ ਵੈਰ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਆਪ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ[੧] ਸਮੇਤ (ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ) ਡੁੱਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੀਆਂ ਕੁਲਾਂ ਨੂੰ ਭੀ (ਆਪਣੇ ਹੋਰ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਭੀ) ਨਾਲ ਹੀ ਡੋਬ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

Those who make friendships with the wicked, and harbor animosity to the Saints, shall drown with their families[1], and their entire lineage shall be obliterated.

੮.ਹਰਿ ਸਾ ਮੀਤੁ ਨਾਹੀ ਮੈ ਕੋਈ ॥ਜਿਨਿ ਤਨੁ ਮਨੁ ਦੀਆ ਸੁਰਤਿ ਸਮੋਈ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੦੨੭)

har saa meeth naahee mai koee |jin than man dheeaa surath samoee[1] |
ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਰਗਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਮਿੱਤਰ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦਾ। ਉਸ ਨੇ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਸਮਝ ਪਾਈ[੧] ਹੈ।
I have no other friend like the Lord. He gave me body and mind, and infused[1] consciousness into my being.

9.ਨਾਨਕ ਕਚੜਿਆ ਸਿਉ ਤੋੜਿ ਢੂਢਿ ਸਜਣ ਸੰਤ ਪਕਿਆ ॥(ਪੰਨਾਂ੧੧੦੨)

naanak kacharriaa sio thorr toot sajan santh pakiaa |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਤੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲੋਂ ਪ੍ਰੀਤ ਤੋੜ ਲੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਕੱਚੀ ਹੈ।ਸੰਤ ਜਨਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ,ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਪੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
O Nanak, break away from the false, and seek out the Saints, your true friends.

੧੦.ਨਿਰਵੈਰੈ[੧] ਸੰਗਿ ਵੈਰੁ ਰਚਾਵੈ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਓਹੁ ਹਾਰੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੧੭)

niravairai[1] sang vair rachaavai har dharageh ouhu haarai |
ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੈਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ[੧],ਉਸ ਨਾਲ ਜਿਹੜਾ ਵੈਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਰੱਬ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਹਾਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
Whoever harbors vengeance against the one who is beyond all vengeance[1], shall lose in the Court of the Lord.

੧੧.ਮਨਮੁਖ ਸਉ ਕਰਿ ਦੋਸਤੀ ਸੁਖ ਕਿ ਪੁਛਹਿ ਮਿਤ ॥
ਗੁਰਮੁਖ ਸਉ ਕਰਿ ਦੋਸਤੀ ਸਤਿਗੁਰ ਸਉ ਲਾਇ ਚਿਤੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੨੧)

manamukh so kar dhosathee sukh k pushehi mith |
guramukh so kar dhosathee sathigur so laae chith |
ਪਰ, ਹੇ ਮਿੱਤਰ! (ਇਹ ਤਾਂ ਦ

ਸ ਕਿ) ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪਿਛੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਪਾ ਕੇ ਤੂੰ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਦੀ ਆਸ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈਂ? ਹੇ ਭਾਈ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਤ੍ਰਤਾ ਬਣਾ, ਗੁਰੂ (ਦੇ ਚਰਨਾਂ) ਨਾਲ ਚਿੱਤ ਜੋੜੀ ਰੱਖ ।
If you make friends with the self-willed manmukhs, O friend, how can you ask for peace? Make friends with the Gurmukhs, and focus your consciousness on the True Guru.

੧੨.ਨਾ ਕੋ ਦੂਤੁ[੧] ਨਹੀ ਬੈਰਾਈ ॥ਗਲਿ ਮਿਲਿ ਚਾਲੇ ਏਕੈ ਭਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੨੧)

naa ko dhooth[1] nehee bairaaee | gal mil chaalae eaekai bhaaee |
ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਜੀਵ ਆਪਣਾ ਦੁਸ਼ਮਣ[੧] ਜਾਂ ਵੈਰੀ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦਾ।ਹੁਣ ਮੈਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰਾਵਾਂ ਵਾਂਗ ਜੱਫੀ ਪਾ ਕੇ ਤੁਰਦਾ ਹਾਂ।
I have no enemies[1], no adversaries. I walk arm in arm, like brothers, with all.

੧੩.ਕਾਹੇ ਜਨਮੁ ਗਵਾਵਹੁ ਵੈਰਿ ਵਾਦਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੭੬) kaahae janam gavaavahu vair vaadh |
ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਵੈਰ ਵਿਰੋਧ ਵਿਚ ਕਿਉਂ ਗਵਾ ਰਹੇ ਹੋ?
Why waste your life in hatred, vengeance and conflict?

੧੪.ਦੋਹੀ[੧] ਦਿਚੈ ਦੁਰਜਨਾ ਮਿਤ੍ਰਾਂ ਕੂੰ ਜੈਕਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੧੦)
dhohee[1] dhichai dhurajanaa mithraa koon jaikaar |
ਤੂੰ ਪੁਕਾਰ ਕੇ ਆਖ[੧] ਕਿ ਤੂੰ ਮੰਦੇ ਪੁਰਸ਼ਾ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਹੀਂ ਕਰੇਂ ਗਾ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਜੀ ਆਇਆਂ ਆਖੇਂ ਗਾ।
Proclaim[1] that you will not associate with evil people; celebrate victory with your friends.

•

# FUNERAL RITES-----ਅੰਤਮ ਸੰਸਕਾਰ

੧.ਦੀਵਾ ਮੇਰਾ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਦੁਖੁ ਵਿਚਿ ਪਾਇਆ ਤੇਲੁ ॥
ਉਨਿ ਚਾਨਣਿ ਓਹੁ ਸੋਖਿਆ[੧] ਚੂਕਾ [੨]ਜਮ ਸਿਉ ਮੇਲੁ ॥(ਪੰਨਾ੩੫੮)

dheevaa maeraa eaek naam dhukh vich paaeiaa thael |
oun chaanan ouhu sokhiaa[1] chookaa[2] jam sio mael |
ਮੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਦੀਵਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਵੇ ਵਿਚ ਮੈਂ ਦੁਖ ਰੂਪੀ ਤੇਲ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਨਾਮ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਦੁਖ ਦਾ ਤੇਲ ਸੁੱਕ[੧] ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਮੈਂ ਮੌਤ ਦੇ ਦੂਤ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਚ[੨] ਗਿਆ ਹਾਂ।

The One Name is my lamp; I have put the oil of suffering into it. Its flame has dried up[1] this oil, and I have escaped [2]my meeting with the Messenger of Death.

੨.ਪਿੰਡੁ ਪਤਲਿ ਮੇਰੀ ਕੇਸਉ [੧]ਕਿਰਿਆ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾਰੁ ॥
ਐਥੈ ਓਥੈ ਆਗੈ ਪਾਛੈ ਏਹੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੁ[੨] ॥ (ਪੰਨਾ੩੫੮)

pindd pathal maeree kaeso[1] kiriaa sach naam karathaar |
aithai outhai aagai paashai eaehu maeraa aadhaar[2] |
ਲੰਬੇ ਕੇਸਾਂ [੧]ਵਾਲਾ(ਪ੍ਰਭੂ) ਹੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਜਵਾਂ ਦਾ ਪਿੰਨ ਤੇ ਪਤਿਆਂ ਦੀ ਪਲੇਟ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਪਿੰਡ ਭਰਾਣੇ ਹੈ। (ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸੱਚਾ ਨਾਮ ਹੀ ਮੇਰੇ ਮਿਰਤਕ ਸੰਸਕਾਰ ਹਨ)। ਲੋਕ ਤੇ ਪਰਲੋਕ,ਭੂਤ ਤੇ ਭਵਿਖ ਵਿਚ ਇਹ ਹੀ ਮੇਰਾ ਆਸਰਾ[੨] ਹੈ।

The Lord[1] is my festive dish of rice balls on leafy plates; the True Name of the Creator Lord is my funeral ceremony. Here and hereafter, in the past and in the future, this is my support.[2]

੩.ਇਕ ਲੋਕੀ ਹੋਰੁ ਛਮਿਛਰੀ[੧] ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਵਟਿ ਪਿੰਡੁ ਖਾਇ ॥
ਨਾਨਕ ਪਿੰਡੁ ਬਖਸੀਸ ਕਾ ਕਬਹੂੰ ਨਿਖੂਟਸਿ ਨਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ੩੫੮)

eik lokee hor shamisharee[1] braahaman vatt pindd khaae |
naanak pindd bakhasees kaa kabehoon nikhoottas naahi |
ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਪਿੰਨ ਵਟ ਕੇ, ਇਕ ਪਿੰਨ ਦੇਵਤਿਆਂ ਤੇ ਬਾਕੀ ਵੱਡੇ ਵਡੇਰਿਆਂ[੧] ਨੂੰ ਭੇਟ ਕਰਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਦਾਤ ਦਾ ਪਿੰਨ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਮੁਕਦਾ।

The rice balls are offered to the gods and the dead ancestors[1], but it is the Brahmin who eats them. O Nanak, the rice balls of the Lord are a gift which is never exhausted.

੪.ਮੇਰੇ ਸਿਖ ਸੁਣਹੁ ਪੁਤ ਭਾਈਹੋ ਮੇਰੈ ਹਰਿ ਭਾਣਾ ਆਉ ਮੈ ਪਾਸਿ ਜੀਉ ॥
ਹਰਿ ਭਾਣਾ ਗੁਰ ਭਾਇਆ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਕਰੇ ਸਾਬਾਸਿ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ੯੨੩)

maerae sikh sunahu puth bhaaeeho maerai har bhaanaa aao mai paas jeeo |
har bhaanaa gur bhaaeiaa maeraa har prabh karae saabaas jeeo |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖੋ, ਹੇ ਮੇਰੇ ਪੁਤੋ,ਹੇ ਮੇਰੇ ਭਰਾਵੋ! ਸੁਣੋ, ਮੇਰੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਕੋਲ ਚਲਾ ਜਾਵਾਂ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਲਗੀ ਤੇ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ਦਿੱਤੀ।

Listen O my Sikhs, my children and Siblings of Destiny; it is my Lord's Will that I must now go to Him. The Guru gladly accepted the Lord's Will, and my Lord God applauded Him.

੫.ਮਤ ਮੈ ਪਿਛੈ ਕੋਈ ਰੋਵਸੀ ਸੋ ਮੈ ਮੂਲਿ ਨ ਭਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੯੨੩)

math mai pishai koee rovasee so mai mool n bhaaeiaa |
ਮਰੇ ਮਰਨ ਮਗਰੋਂ ਕੋਈ ਨਾ ਰੋਵੇ। ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਚੰਹਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ।

Let no one weep for me after I am gone. That would not please me at all.

੬.ਅੰਤੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਬੋਲਿਆ ਮੈ ਪਿਛੈ ਕੀਰਤਨੁ ਕਰਿਅਹੁ ਨਿਰਬਾਣੁ[੧] ਜੀਉ ॥
ਕੇਸੋ[੨] ਗੋਪਾਲ ਪੰਡਿਤ ਸਦਿਅਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਕਥਾ ਪੜਹਿ ਪੁਰਾਣੁ ਜੀਉ ॥
ਹਰਿ ਕਥਾ ਪੜੀਐ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸੁਣੀਐ ਬੇਬਾਣੁ ਹਰਿ ਰੰਗੁ ਗੁਰ ਭਾਵਏ ॥
ਪਿੰਡੁ ਪਤਲਿ ਕਿਰਿਆ ਦੀਵਾ ਫੁਲ ਹਰਿ ਸਰਿ ਪਾਵਏ ॥ (ਪੰਨਾ੯੨੩)

anthae sathigur boliaa mai pishai keerathan kariahu nirabaan[1] jeeo |
kaeso [2]gopaal panddith sadhiahu har har kathaa parrehi puraan jeeo|
har kathaa parreeai har naam suneeai baebaan har rang gur bhaaveae |
pindd pathal kiriaa dheevaa ful har sar paaveae |

ਜੋਤੀ ਜੋਤ ਸਮਾਣ ਸਮੇਂ ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਆਖਿਆ ਕਿ ਮੇਰੇ ਮਰਨ ਮਗਰੋਂ ਨਿਰੋਲ[੧] ਕੀਰਤਨ ਕਰਿਓ।
ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ[੨] ਦੇ ਪੰਡਤਾਂ(ਗਿਆਨੀਆਂ )ਨੂੰ ਬੁਲਾਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਕਥਾ ਵਾਰਤਾ ਰੂਪੀ ਪੁਰਾਨ ਪੜ੍ਹਨ।
ਮੇਰੇ ਮਰਨ ਤੇ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਥਾ ਤੇ ਨਾਮ ਹੀ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਅਰਥੀ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾਹੈ।
ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ-ਪਿੰਡ,ਪਤਲ,ਦੀਵਾ ਆਦਿ- ਹਰੀ ਦੇ ਸਰੋਵਰ ਭਾਵ ਸਾਂਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਪਾਉ (ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਸਦਕੇ ਕਰੋ)।

Finally, the True Guru said, ""When I am gone, sing only[1] Kirtan in Praise of the Lord."
Call in scholarly Saints of the [2]Lord, to read the sermon of the Lord.
Read the sermon of the Lord, and listen to the Lord's Name; the Guru is pleased with love for the Lord.
Do not bother with offering rice-balls on leaves, lighting lamps, and other rituals like floating the body out on the Ganges; instead, let my remains be given up to the Lord's Pool,congregation.

# GOD------ਵਾਹਿਗੁਰੂ

੧.ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ[੧] ਸੈਭੰ[੨] ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ[੩] ॥(੧)

ik oankaar sath naam karathaa purakh nirabho niravair akaal moorath ajoonee[1] saibhau(n)[2] gur prasaadh[3] |

ਰੱਬ ਇੱਕ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਹੋਂਦ ਵਾਲਾ ਹੈ,ਜੋ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਰਚਨਹਾਰ ਹੈ,ਜੋ ਸਭ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ,ਜੋ ਭੌ ਰਹਿਤ ਹੈ,ਵੈਰ ਰਹਿਤ ਹੈ,ਜਿਸ ਦਾ ਸਰੂਪ ਕਾਲ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ,ਜੋ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ[੧] ਆਉਂਦਾ,ਜਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਆਪਣੇ ਆਪ[੨]ਤੋਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ[੩]ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

One Universal Creator God. The Name Is Truth. Creative Being Personified. No Fear. No Hatred. Image Of The Undying, Beyond Birth[1], Self-Existent[2]. By Guru's Grace[3] .

੨.ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ[੧] ਸਚੁ ॥ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥(ਪੰਨਾ੧)

aadh sach jugaadh[1] sach |hai bhee sach naanak hosee bhee sach |

ਹੇ ਨਾਨਕ !ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਸੱਚ(ਹੋਂਦ ਵਾਲਾ)ਹੈ, ਜੁਗਾਂ ਦੇ ਮੁੱਢ ਤੋਂ[੧] ਮੌਜੂਦ ਹੈ।ਇਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਤੇ ਅੱਗੇ ਵੀ ਰਹੇ ਗਾ।

True In The Primal Beginning. True Throughout The Ages[1]. True Here And Now. O Nanak, Forever And Ever True.

੩.ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੧)

thoon dhareeaao sabh thujh hee maahi |thujh bin dhoojaa koee naahi |

(ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !) ਤੂੰ ਇੱਕ ਸਾਗਰ ਹੈਂ, ਸਾਰੇ ਜਵਿ ਤੇਰੇ ਵਿਚ (ਲਹਿਰਾਂ ਵਾਂਗ) ਹਨ।ਤੇਰੇ ਬਿਨਾਂ ਤੇਰੇ ਵਰਗਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ।

You are the River of Life; all are within You. There is no one except You.

੪.ਸਹਸ[੧] ਤਵ ਨੈਨ ਨਨ ਨੈਨ ਹਹਿ ਤੋਹਿ ਕਉ ਸਹਸ ਮੂਰਤਿ ਨਨਾ ਏਕ ਤੁੋਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੩)

sehas[1] thav nain nan nain hehi thohi ko sehas moorath nanaa eaek thuohee |

(ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ)ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ ਤੇਰੀਆਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ[੧]ਅੱਖਾਂ ਹਨ,ਪਰ (ਨਿਰਾਕਾਰ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ) ਤੇਰੀ ਕੋਈ ਅੱਖ ਨਹੀਂ।ਤੇਰੀਆਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸ਼ਕਲਾਂ ਹਨ,ਪਰ ਤੇਰੀ ਕੋਈ ਸ਼ਕਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

You have thousands[1] of eyes, and yet You have no eyes. You have thousands of forms, and yet You do not have even one.

੫.ਅਕਿਰਤਘਣਾ[੧] ਨੋ ਪਾਲਦਾ ਪ੍ਰਭ ਨਾਨਕ ਸਦ ਬਖਸਿੰਦੁ ॥(ਪੰਨਾ੪੭)

akirathaghanaa[1] no paaladhaa prabh naanak sadh bakhasindh |

ਹੇ ਨਾਨਕ !ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਖਸ਼ਣਹਾਰ ਹੈ।ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪਾਲਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਕੀਤੇ ਉਪਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ[੧] ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

Even the ungrateful[1] ones are cherished by God. O Nanak, He is forever the Forgiver.

੬.ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਪਿਤਾ ਤੂੰ ਹੈ ਮੇਰਾ ਮਾਤਾ ॥ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਬੰਧਪੁ ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਭ੍ਰਾਤਾ ॥
ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਰਾਖਾ ਸਭਨੀ ਥਾਈ ਤਾ ਭਉ ਕੇਹਾ ਕਾੜਾ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੩)

thoon maeraa pithaa thoon hai maeraa maathaa |
thoon maeraa bu(n)dhup thoon maeraa braathaa |
thoon maeraa raakhaa sabhanee thaaee thaa bho kaehaa kaarraa jeeo |

(ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ)ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਪਿਉ ਹੈਂ, ਤੂੰ ਹੀ ਮੇਰੀ ਮਾਤਾ ਹੈਂ।ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਅਤੇ ਤੂੰ ਹੀ ਮੇਰਾ ਭਰਾ ਹੈਂ।ਜਦ ਤੂੰ  ਹਰ ਥਾਂ ਮੇਰਾ ਰਖਵਾਲਾ ਹੈਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਉਂ ਚਿੰਤਾ ਕਰਾਂ?

You are my Father, and You are my Mother. You are my Relative, and You are my Brother. You are my Protector everywhere; why should I feel any fear or anxiety?

੭.ਇਹੁ ਜਗੁ ਵਾੜੀ[1] ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਭੁ ਮਾਲੀ ॥ਸਦਾ ਸਮਾਲੇ ਕੋ ਨਾਹੀ ਖਾਲੀ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੮)

eihu jag vaarree[1] maeraa prabh maalee |sadhaa samaalae ko naahee khaalee |
ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਬਗੀਚੀ[1](ਸਮਾਨ) ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਇਸ ਦਾ ਮਾਲੀ ਹੈ। ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ (ਹਰ ਜੀਵ ਦੀ ) ਰਖਵਾਲੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕੋਈ ਉਸ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

This world is a garden[1], and my Lord God is the Gardener. He always takes care of it-nothing is exempt from His Care.

੮.ਕਰਣ ਕਰਾਵਨਹਾਰ ਸੁਆਮੀ ॥ਸਗਲ ਘਟਾ ਕੇ ਅੰਤਰਜਾਮੀ[1] ॥(ਪੰਨਾ੧੭੮)

karan karaavanehaar suaamee |sagal ghattaa kae antharajaamee[1] |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲਾ ਤੇ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਗੱਲਾਂ ਜਾਣਦਾ[1] ਹੈ।

Our Lord and Master is the One who acts, and causes others to act. He is the Inner-knower[1], the Searcher of all hearts.

੯.ਸੰਗਿ ਦੇਖੈ ਕਰਣਹਾਰਾ[1] ਕਾਇ ਪਾਪੁ ਕਮਾਈਐ ॥ (ਪੰਨਾ੪੬੧)

sang dhaekhai karanehaaraa[1] kaae paap kamaaeeai |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ[1] ਤੇਰੇ ਅੰਗ ਸੰਗ ਹੈ ਤੇ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਕੋਈ ਮੰਦਾ ਕੰਮ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ?

The Creator[1] Lord is with you; He sees you, so why commit sins?

੧੦.ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ ॥ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ[1] ॥ (ਪੰਨਾ੪੬੯)

balihaaree kudharath vasiaa |thaeraa anth n jaaee lakhiaa[1] |
(ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ)ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤ ਤੋਂ ਕੁਰਬਾਨ ਹਾਂ। ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਰਚਨਾ ਵਿਚ ਵਸਦਾ ਹੈਂ। ਤੇਰਾ ਓੜਕ ਨਹੀਂ ਜਾਣਿਆ[1]ਜਾ ਸਕਦਾ।

I am a sacrifice to You. You dwell in Your creation. Your limits cannot be known[1].

੧੧.ਸੋ ਕਰੇ ਜਿ ਤਿਸੈ ਰਜਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੫) so karae j thisai rajaae |
ਜੋ ਉਸ(ਵਾਹਿਗੁਰੂ ) ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਹੈ ਉਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। He does whatever He wills.

੧੨.ਜੋ ਸਰਣਿ ਆਵੈ ਤਿਸੁ ਕੰਠਿ[1] ਲਾਵੈ ਇਹੁ ਬਿਰਦੁ[2] ਸੁਆਮੀ ਸੰਦਾ ॥(ਪੰਨਾ੫੪੪)

jo saran aavai this kanth[1] laavai eihu biradh[2] suaamee sandhaa |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸੁਭਾਉ [2]ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲੇ[1] ਲਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

The Lord lovingly embraces[1] whoever comes to the Lord's Sanctuary - this is the way[2] of the Lord .

੧੩.ਦਾਤੈ ਦਾਤਿ ਰਖੀ ਹਥਿ ਅਪਣੈ ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਦੇਈ ॥ (ਪੰਨਾ੬੦੪)

dhaathai dhaath rakhee hath apanai jis bhaavai this dhaeee |
ਹੇ ਭਾਈ! ਦਾਤਾਰ ਨੇ (ਨਾਮ ਦੀ ਇਹ) ਦਾਤਿ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਰੱਖੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ।

The Great Giver keeps His Gifts in His Hand; He gives them to those with whom He is pleased.

੧੪.ਕਰਤਾ ਰਾਖੈ ਕੀਤਾ[1] ਕਉਨੁ ॥(ਪੰਨਾ੮੮੮) karathaa raakhai keethaa[1] koun |
ਕਰਤਾਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਿਸ ਦੀ ਰਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ(ਵਾਹਿਗੁਰੂ )ਦਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ[1] ਜੀਵ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੀ ਵਿਗਾੜ ਸਕਦਾ ਹੈ?

One who is protected by the Creator Lord; what harm can creature[1] do to him?

੧੫.ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਜਾ ਕਾ ਨਹੀ ਅੰਤੁ ॥ਤਿਸ ਕੇ ਆਗੇ ਤੰਤੁ[੧] ਨ ਮੰਤੁ ॥(ਪੰਨਾ੯੭੧)

kehi kabeer jaa kaa nehee anth |this kae aagae thanth[1] n manth |
ਕਬਰਿ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਓੜਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕੋਈ ਜਾਦੂ ਟੂਣਾ[੧] ਨਹੀਂ ਚਲ ਸਕਦਾ।

Says Kabeer, He has no limits; no magic[1] can be used against Him.

16.ਨੀਚਹ ਊਚ ਕਰੈ ਮੇਰਾ ਗੋਬਿੰਦੁ ਕਾਹੂ ਤੇ ਨ ਡਰੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੦੬)

neecheh ooch karai maeraa gobindh kaahoo thae n ddarai |
ਮੇਰਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੀਵਿਆਂ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਨਗੀਂ ਡਰਦਾ।

My Lord of the Universe exalts and elevates the lowly,He is not afraid of anyone.

੧੭.ਪ੍ਰਭੁ ਮੇਰੋ ਅਨਾਥ[੧] ਕੋ ਨਾਥ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੪੬) prabh maero anaath[1] ko naath |

ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਿਖਸਮਿਆਂ[੧] ਦਾ ਖਸਮ ਹੈ। My God is the Master of the masterless[1].

੧੮.ਹੈ ਹਜੂਰਿ ਕਤ ਦੂਰਿ ਬਤਾਵਹੁ ॥ਦੁੰਦਰ[੧] ਬਾਧਹੁ ਸੁੰਦਰ ਪਾਵਹੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੫੯)

hai hajoor kath dhoor bathaavahu |dhundhar[1]baadhahu sundhar paavahu |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹਾਜ਼ਰ ਨਾਜ਼ਰ ਹੈ।ਤੂੰ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਿਉਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈਂ?ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਝਗੜਾਲੂ ਵਿਕਾਰਾਂ[੧] ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਰਖ ਤੇ ਸੁੰਦਰ(ਰੱਬ) ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ।

God is present, right here at hand; why do you say that He is far away? Tie up your disturbing passions[1], and find the Beauteous Lord.

੧੯.ਭੁਲਣ ਵਿਚਿ ਕੀਆ ਸਭੁ ਕੋਈ ਕਰਤਾ ਆਪਿ ਨ ਭੁਲੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੪੪)

bhulan vich keeaa sabh koee karathaa aap n bhulai |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਕੋਈ ਗ਼ਲਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ,ਪਰ ਜੀਵ ਗ਼ਲਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।

Everyone makes mistakes; only the Creator does not make mistakes.

੨੦.ਹਿੰਦੂ ਤੁਰਕ ਕਾ ਸਾਹਿਬੁ ਏਕ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੫੮) hindhoo thurak kaa saahib eaek |

ਹਿੰਦੂ ਅਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਦਾ ਮਾਲਕ ਇਕੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ। Hindus and Muslims have the same Lord.

੨੧.ਘਟ ਘਟ ਮੈ ਹਰਿ ਜੂ ਬਸੈ ਸੰਤਨ ਕਹਿਓ ਪੁਕਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੨੭)

ghatt ghatt mai har joo basai santhan kehiou pukaar |
ਸੰਤ ਜਨਾਂ ਨੇ ਉੱਚੀ ਕੂਕ ਕੇ ਦਸ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹਰੇਕ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਸ ਰਿਹਾ ਹੈ ।

The Dear Lord abides in each and every heart; the Saints proclaim this as true.

# GREED--------ਲੋਭ

੧.ਜਿਉ ਕੂਕਰੁ[੧] ਹਰਕਾਇਆ ਧਾਵੈ ਦਹ ਦਿਸ ਜਾਇ ॥
ਲੋਭੀ ਜੰਤੁ ਨ ਜਾਣਈ ਭਖੁ[੨] ਅਭਖੁ ਸਭ ਖਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ ੫੦)

jio kookar[1] harakaaeiaa dhaavai dheh dhis jaae |
lobhee janth n jaanee bhakh[2] abhakh sabh khaae |
ਜਿਵੇਂ ਹਲਕਾਇਆ ਹੋਇਆ ਕੁੱਤਾ[੧] ਦਸੀਂ ਪਾਸੇ ਭਜਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਤਿਵੇਂ ਲਾਲਚੀ ਜੀਵ ਨੂੰ ਵੀ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਸੁਝਦਾ ਤੇ ਖਾਣ-ਯੋਗ[੨] ਤੇ ਨਾ ਖਾਣ-ਯੋਗ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Like the mad dog[1] running around in all directions, the greedy person, unaware, consumes everything, edible[2] and non-edible alike.

੨.ਲੋਭ ਵਿਕਾਰ[੧] ਜਿਨਾ ਮਨੁ ਲਾਗਾ ਹਰਿ ਵਿਸਰਿਆ ਪੁਰਖੁ ਚੰਗੇਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ੭੭੧)

lobh vikaar[1] jinaa man laagaa har visariaa purakh changaeraa |
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਨ ਲੋਭ ਤੇ ਪਾਪਾਂ[੧] ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਉਹ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟ ਸੁਆਮੀ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

Those whose minds are attached to greed and corruption[1] forget the Good Lord God.

੩.ਲਬੁ[੧] ਵਿਣਾਹੇ[੨] ਮਾਣਸਾ ਜਿਉ ਪਾਣੀ ਬੂਰੁ ॥(ਪੰਨਾ ੯੬੭)

lab[1] vinaahae[2] maanasaa jio paanee boor |
ਲਾਲਚ[੧] ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਐਉਂ ਖਰਾਬ[੨]ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਾਈ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ।

Greed[1] ruins[2] mankind, like the green algae ruins the water.

੪.ਲੋਭ ਲਹਰਿ ਸਭੁ ਸੁਆਨੁ[੧] ਹਲਕੁ ਹੈ ਹਲਕਿਓ ਸਭਹਿ ਬਿਗਾਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੯੮੩)

lobh lehar sabh suaan[1] halak hai halakiou sabhehi bigaarae |
ਲੋਭ ਦੀ ਲਹਿਰ ਨਿਰੋਲ ਹਲਕਾਏ ਕੁੱਤੇ[੧] ਵਾਂਗ ਹੈ ਜੋ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

The wave of greed is like mad dog[1] with rabies. This madness ruins everything.

੫.ਇਹੁ ਮਨੁ ਲਾਲਚ ਕਰਦਾ ਫਿਰੈ ਲਾਲਚਿ ਲਾਗਾ ਜਾਇ ॥
ਧੰਧੈ ਕੂੜਿ ਵਿਆਪਿਆ ਜਮ ਪੁਰਿ ਚੋਟਾ ਖਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੯੯੪)

eihu man laalach karadhaa firai laalach laagaa jaae |
dhandhai koorr viaapiaa jam pur chottaa khaae |
ਇਹ ਮਨ ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਭ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਝੂਠੇ ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ (ਆਤਮਕ)ਮੌਤ ਦੀ ਚੋਟ ਖਾਦਾ ਹੈ।

This mind wanders around, driven by greed, totally attached to greed. It is engrossed in false pursuits and endures beatings in the City of Death.

੬.ਦੁਨੀਆ ਲਬਿ ਪਇਆ ਖਾਤ ਅੰਦਰਿ ਅਗਲੀ ਗਲ ਨ ਜਾਣੀਆ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੨੦)

dhuneeaa lab paeiaa khaath andhar agalee gal n jaaneeaa |
ਤੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਡੂੰਘੇ ਟੋਏ ਵਿਚ ਡਿਗ ਪਿਆ ਹੈਂ ਅਤੇ ਭਵਿਖ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ।

Through worldly greed, you have fallen into the pit; you know nothing of the future.

੭.ਮਿਥਿਆ ਲੋਭੁ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਵਾਸਾ ਲਬਿ ਪਾਪਿ ਪਛੁਤਾਇਦਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੩੭)

mithiaa lobh naahee ghar vaasaa lab paap pashuthaaeidhaa |
(ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਕੂੜ ਤੇ ਲੋਭ ਹੈ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਲੋਭ ਤੇ ਪਾਪ ਦੇ ਕਾਰਨ ਪਛੁਤਾਂਦਾਂ ਹੈ।

He who is gripped by falsehood and greed does not dwell in the celestial home; engrossed in greed and sin, he comes to grief' and repents.

੮.ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਤਜਿ ਹੋਹੁ ਨਿਚਿੰਦਾ[1] ॥(ਪੰਨਾ੧੦੪੧) lab lobh thaj hohu nichindhaa[1] |
।ਲਾਲਚ ਤੇ ਲੋਭ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਤੂੰ ਬੇਫਿਕਰ[1]ਹੋ ਜਾ। Renounce greed and become carefree[1].

੯.ਅੰਤਰਿ ਲੋਭੁ ਮਨਿ ਮੈਲੈ ਮਲੁ ਲਾਏ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੬੨) anthar lobh man mailai mal laaeae |
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਾਲਚ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਨ ਮੈਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੰਦਗੀ ਫੈਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।
With greed within them, their minds are filthy, and they spread filth around.

੧੦.ਕਹਾ ਭੂਲਿਓ ਰੇ ਝੂਠੇ ਲੋਭ ਲਾਗ ॥ ਕਛੁ ਬਿਗਰਿਓ ਨਾਹਿਨ ਅਜਹੁ ਜਾਗ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੮੭)
kehaa bhooliou rae jhoothae lobh laag | kash bigariou naahin ajahu jaag |
ਤੂੰ ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਫਸ ਕੇ ਕਿਉਂ ਕੁਰਾਹੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈਂ?ਹਾਲੇ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਵਿਗੜਿਆ।ਤੂੰ ਹੁਣ ਵੀ ਸਿਆਣਾ ਬਣ।
Why do you wander lost, O mortal, attached to falsehood and greed? Nothing has been lost yet - there is still time to wake up!

੧੧.ਲਬੁ ਅਧੇਰਾ ਬੰਦੀਖਾਨਾ[1] ਅਉਗਣ ਪੈਰਿ ਲੁਹਾਰੀ[2] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੯੧)
lab adhaeraa bandheekhaanaa[1] aougan pair luhaaree[2] |
ਲੋਭ (ਜੀਵ ਵਾਸਤੇ)ਹਨੇਰਾ ਕੈਦਖਾਨਾ[1] ਹੈ ਅਤੇ ਬਦੀਆਂ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿਚ ਬੇੜੀਆਂ[2] ਹਨ।
Greed is the dark dungeon[1](for the mortal), and demerits are the shackles[2] on his feet.

੧੨.ਲੋਭ ਲਹਰਿ ਅਤਿ ਨੀਝਰ[1]ਬਾਜੈ ॥ਕਾਇਆ ਡੂਬੈ ਕੇਸਵਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੯੬)
lobh lehar ath neejhar[1] baajai |kaaeiaa ddoobai kaesavaa |
ਲੋਭ ਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਬੜੀਆਂ ਠਾਠਾਂ[1] ਮਾਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ, ਮੇਰਾ ਸਰੀਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਡੁਬਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
The tidal waves of greed constantly[1] assault me. My body is drowning, O Lord.

੧੩.ਸਾਕਤ ਸੁਆਨ ਕਹੀਅਹਿ ਬਹੁ ਲੋਭੀ ਬਹੁ ਦੁਰਮਤਿ ਮੈਲੁ ਭਰੀਜੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੨੬)
saakath suaan keheeahi bahu lobhee bahu dhuramath mail bhareejai |
ਮਾਇਆ ਦਾ ਪੁਜਾਰੀ ਬਹੁਤ ਲੋਭੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,ਉਹ ਕੁੱਤੇ ਦੇ ਸੁਭਾ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਖੋਟੀ ਮਤ ਦੀ ਮੈਲ ਭਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
The faithless cynic is said to be very greedy - he is a dog. He is overflowing with the filth and pollution of evil.

੧੪.ਹੇ ਲੋਭਾ ਲੰਪਟ ਸੰਗ ਸਿਰਮੋਰਹ[1] ਅਨਿਕ ਲਹਰੀ ਕਲੋਲਤੇ[2] ॥
ਧਾਵੰਤ ਜੀਆ ਬਹੁ ਪ੍ਰਕਾਰੰ ਅਨਿਕ ਭਾਂਤਿ ਬਹੁ ਡੋਲਤੇ ॥
ਨਚ[3] ਮਿਤ੍ਰੰ ਨਚ ਇਸਟੰ ਨਚ ਬਾਧਵ ਨਚ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਤਵ ਲਜਯਾ ॥
ਅਕਰਣੰ[4] ਕਰੋਤਿ ਅਖਾਦ੍ਯਿ ਖਾਦ੍ਯੰ ਅਸਾਜ੍ਯੰ[5] ਸਾਜਿ ਸਮਜਯਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੫੮)
hae lobhaa lanpatt sang siramoreh[1] anik leharee kalolathae[2] |
dhaavanth jeeaa bahu prakaaran anik bhaath bahu ddolathae |
nach[3] mithran nach eisattan nach baadhav nach maath pithaa thav lajayaa |
akaranan4 karoth akhaadh ikhaadhaan asaajaan5 saaj samajayaa |
ਹੇ ਲੋਭ,ਮੁਖੀ ਬੰਦੇ[1] ਵੀ ਤੇਰੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਡੁਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਤੇਰੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਫਸ ਕੇ ਕਲੋਲ[2] ਕਰਦੇ ਹਨ।
(ਤੇਰੇ ਅਸਰ ਹੇਠ) ਜੀਵ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਡੋਲਦੇ ਹਨ।

ਤੂੰ ਨਾ[੩] ਅਪਣੇ ਮਿਤਰ,ਨਾ ਹੀ ਗੁਰੂ, ਨਾ ਹੀ ਸੰਬੰਧੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮਾਂ ਪਿਉ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈਂ।
ਤੂੰ ਜੀਵ ਤੋਂ ਉਹ ਕੁੱਝ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈਂ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ[੪] ਚਾਹੀਦਾ।ਤੂੰ ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਕੁੱਝ ਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈਂ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਅਤੇ ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਉਹ ਕੁੱਝ ਬਣਵਾਉਂਦਾ ਹੈਂ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਣਾ[੫] ਚਾਹੀਦਾ।

O greed, you cling to even the great[1] and they play many pranks[2] by your countless waves. You cause them to run around wildly in all directions, wobbling and wavering unsteadily. You have no[3] respect for friends,guides , relations, mother or father. You make them do what they should not do[4]. You make them eat what they should not eat. You make them accomplish what they should not accomplish[5].

### ੧੫.ਲੋਭੀ ਕਾ ਵੇਸਾਹੁ ਨ ਕੀਜੈ ਜੇ ਕਾ ਪਾਰਿ ਵਸਾਇ[੧] ॥
### ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਤਿਥੈ ਧੁਹੈ ਜਿਥੈ ਹਥੁ ਨ ਪਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੧੭)

lobhee kaa vaesaahu n keejai jae kaa paar vasaae [1]|
anth kaal thithai dhuhai jithai hath n paae |
ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿੱਥੋਂ ਤਕ ਹੋ ਸਕੇ[੧], ਕਿਸੇ ਲਾਲਚੀ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਇਤਬਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ, (ਲਾਲਚੀ ਮਨੁੱਖ) ਆਖ਼ਰ ਉਸ ਥਾਂ ਧੋਖਾ ਦੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਮਦਦ ਨਾਹ ਕਰ ਸਕੇ ।

Do not trust greedy people, if you can avoid[1]doing so. At the very last moment, he will deceive you there, where no one will be able to lend a helping hand.

### ੧੬.ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨ੍ ਲੋਭੀਆਂ ਜਾਸਨਿ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੧੭)

muh kaalae thina lobheeaa jaasan janam gavaae |
ਉਹਨਾਂ ਲਾਲਚੀ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ (ਬਦਨਾਮੀ ਦੀ ਕਾਲਖ ਨਾਲ) ਕਾਲੇ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਵਿਅਰਥ ਗਵਾ ਕੇ (ਜਗਤ ਤੋਂ) ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।¡

Black are the faces of those greedy people; they lose their lives, and leave in disgrace.

# GURSIKH----ਗੁਰਸਿੱਖ

੧.ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਜੋ ਸਿਖੁ ਅਖਾਏ ਸੁ ਭਲਕੇ ਉਠਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ॥
ਉਦਮੁ ਕਰੇ ਭਲਕੇ ਪਰਭਾਤੀ ਇਸਨਾਨੁ ਕਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਰਿ ਨਾਵੈ ॥
ਉਪਦੇਸਿ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਪੁ ਜਾਪੈ ਸਭਿ ਕਿਲਵਿਖ[੧] ਪਾਪ ਦੋਖ ਲਹਿ ਜਾਵੈ ॥
ਫਿਰਿ ਚੜੈ ਦਿਵਸੁ ਗੁਰਬਾਣੀ ਗਾਵੈ ਬਹਦਿਆ ਉਠਦਿਆ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ॥
ਜੋ ਸਾਸਿ ਗਿਰਾਸਿ ਧਿਆਏ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸੋ ਗੁਰਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਮਨਿ ਭਾਵੈ ॥
ਜਿਸ ਨੋ ਦਇਆਲੁ ਹੋਵੈ ਮੇਰਾ ਸੁਆਮੀ ਤਿਸੁ ਗੁਰਸਿਖ ਗੁਰੂ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਾਵੈ ॥
ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਧੂੜਿ ਮੰਗੈ ਤਿਸੁ ਗੁਰਸਿਖ ਕੀ ਜੋ ਆਪਿ ਜਪੈ ਅਵਰਹ ਨਾਮੁ ਜਪਾਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੩੦੫)

gur sathigur kaa jo sikh akhaaeae s bhalakae outh har naam dhiaavai |
oudham karae bhalakae parabhaathee eisanaan karae anmrith sar naavai |
oupadhaes guroo har har jap jaapai sabh kilavikh[1] paap dhokh lehi jaavai |
fir charrai dhivas gurabaanee gaavai behadhiaa outhadhiaa har naam dhiaavai |
jo saas giraas dhiaaeae maeraa har har so gurasikh guroo man bhaavai |
jis no dhaeiaal hovai maeraa suaamee this gurasikh guroo oupadhaes sunaavai
jan naanak dhoorr mangai this gurasikh kee jo aap japai avareh naam japaavai |

ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸੱਚਾ ਸਿੱਖ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਉਠ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ।
ਉਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰ ਕੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਰੂਪ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦੇ ਸਰੋਵਰ ਵਿਚ ਟੁੱਬੀ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।
ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਿੱਖਿਆ ਉਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਪ ਤੇ ਦੂਸ਼ਣ[੧] ਉਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
ਫਿਰ ਦਿਨ ਚੜ੍ਹੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਹਿੰਦਿਆਂ ਉਠਦਿਆਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ।
ਉਹ ਸਿੱਖ ਜੋ ਆਪਣੇ ਹਰ ਸੁਆਸ ਤੇ ਬੁਰਕੀ ਨਾਲ ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ।
ਜਿਸ ਉਤੇ ਮੇਰਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਮਿਹਰਵਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਗੁਰਸਿੱਖ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।
ਦਾਸ ਨਾਨਕ ਉਸ ਗੁਰਸਿੱਖ ਦੀ ਚਰਨ ਧੂੜ ਮੰਗਦਾ ਹੈ ਜੋ ਆਪ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।

One who calls himself a Sikh of the Guru, the True Guru, rises in the early morning hours and meditates on the Lord's Name.
Upon arising early in the morning, he is to bathe, and cleanse himself in the pool of nectar.
Following the Instructions of the Guru, he chants the Name of the Lord. All of his sins, misdeeds and negativity[1] are erased.
Then, at the rising of the sun, he sings Gurbani; whether sitting down or standing up, he meditates on the Lord's Name.
One who meditates on my Lord with every breath and every morsel of food - that GurSikh becomes pleasing to the Guru's Mind.
That person, unto whom my Lord and Master is kind and compassionate - upon that GurSikh, the Guru's Teachings are bestowed.
Servant Nanak begs for the dust of the feet of that GurSikh, who himself chants the Naam, and inspires others to chant it.

੨.ਤਿਸੁ ਗੁਰਸਿਖ ਕੰਉ ਹੰਉ ਸਦਾ ਨਮਸਕਾਰੀ ਜੋ ਗੁਰ ਕੈ ਭਾਣੈ ਗੁਰਸਿਖੁ ਚਲਿਆ ॥(ਪੰਨਾ੫੯੩)

this gurasikh kano hano sadhaa namasakaaree jo gur kai bhaanai gurasikh chaliaa |
ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਸ ਗੁਰਸਿੱਖ ਅਗੇ ਸਿਰ ਨਿਵਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ਜੋ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਅੰਦਰ ਚਲਦਾ ਹੈ।

I bow forever in deepest respect to that Sikh of the Guru, who walks in the Way of the Guru.

੩.ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਖਾ ਬੰਧਪੁ[੧] ਹੈ ਭਾਈ ਜਿ ਗੁਰ ਕੇ ਭਾਣੇ ਵਿਚਿ ਆਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੬੦੧)

so sikh sakhaa bandhap[1] hai bhaaee j gur kae bhaanae vich aavai |
ਹੇ ਭਾਈ! ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿੱਖ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦਾ ਮਿੱਤਰ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ[੧] ਹੈ, ਜੇਹੜਾ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਤੁਰਦਾ ਹੈ

He alone is a Sikh, a friend, a relative[1] and a sibling, who walks in the Way of the Guru's Will.

੪.ਗੁਰਸਿਖਾ ਕੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਮਨਮੁਖ ਥੀਏ ਪਰਾਲੀ[੧] ॥ (ਪੰਨਾ੯੬੭)

gurasikhaa kae mukh oujalae manamukh theeeae paraalee[1] |
ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਖਿੜੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰ ਗੁਰੂ ਵਲੋਂ ਬੇਮੁਖਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਫੂਸ[੧] ਵਰਗੇ ਪੀਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

The faces of the Guru's Sikhs are radiant and bright; the self-willed manmukhs are pale, like straw[1].

੫.ਤੇ ਗੁਰ ਕੇ ਸਿਖ ਮੇਰੇ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭਿ ਭਾਏ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਜਾਨਿਓ ਮੇਰਾ ਨਾਲਿ ॥(ਪੰਨਾ੯੭੮)

thae gur kae sikh maerae har prabh bhaaeae jinaa har prabh jaaniou maeraa naal |
ਮੇਰੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਿੱਖ ਚੰਗੇ ਲਗਦੇ ਹਨ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਆਪਣ ਨਾਲ ਵਸਦਾ ਜਾਣਦੇ ਹਨ।

Those Sikhs of the Guru, who realize that my Lord God is with them, are pleasing to my Lord God.

# HOLY ASSEMBLY---ਸਾਧ ਸੰਗਤ

੧.ਬਿਨੁ ਭਾਗਾ ਸਤਸੰਗੁ ਨ ਲਭੈ ਬਿਨੁ ਸੰਗਤਿ ਮੈਲੁ ਭਰੀਜੈ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਤ੯੫)

bin bhaaga sathasang n labhai bin sangath mail bhareejai jeeo |
ਚੰਗੀ ਕਿਸਮਤ ਤੋਂ ਬਗ਼ੈਰ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨ ਮੈਲ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

Without good fortune, the Sat Sangat is not found; without this Sangat, mind is stained with filth and pollution.

੨.ਦਰਬਿ[੧] ਸਿਆਣਪ ਨਾ ਓਇ ਰਹਤੇ ॥ ਸਾਧਸੰਗਿ ਓਇ ਦੁਸਟ ਵਸਿ ਹੋਤੇ ॥(ਪੰਨਾ੧੮੨)

dharab[1] siaanap naa oue rehathae |saadhasang oue dhusatt vas hothae |
ਉਹ(ਪੰਜ ਚੋਰ) ਧਨ[੧] ਜਾਂ ਚਤਰਾਈ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰੋਕੇ ਜਾ ਸਕਦੇ।ਇਹ ਦੁਸ਼ਟ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਹੀ ਕਾਬੂ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

They(five thieves) cannot be restrained by wealth[1] or cleverness. Only through the Saadh Sangat, the Company of the Holy, can those villains be brought under control.

੩.ਸਾਧਸੰਗਿ ਜਿਹ ਹਉਮੈ ਮਾਰੀ ॥ਨਾਨਕ ਤਾ ਕਉ ਮਿਲੇ ਮੁਰਾਰੀ[੧] ॥(ਪੰਨਾ ੨੫੫)

saadhasang jih houmai maaree |naanak thaa ko milae muraaree[1] |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਜੋ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ[੧] ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

But one who conquers his ego in the Company of the Holy, O Nanak, meets the Lord[1].

੪.ਮਮਾ ਜਾਹੂ ਮਰਮੁ ਪਛਾਨਾ ॥ ਭੇਟਤ ਸਾਧਸੰਗ ਪਤੀਆਨਾ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੨੫੯)

mamaa jaahoo maram pashaanaa | bhaettath saadhasang patheeaanaa[1] |
ਮ-ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਇਹ ਭੇਦ ਪਾ ਲਿਆ (ਕਿ ਰੱਬ ਹਰ ਥਾਂ) ਹੈ ਉਹ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਤ੍ਰਿਪਤ[੧] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

MAMMA: Those who understand God's mystery are satisfied,[1] joining the Saadh Sangat, the Company of the Holy.

੫.ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਬੁਰਿਆਈਆਂ ਸੰਗਿ ਸਾਧੂ ਤੁਟ ॥(ਪੰਨਾ੩੧੫)

kaam krodh buriaaeeaa sang saadhoo thutt |
ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਵਰਗੀ ਬਦੀਆਂ ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਮੁੱਕ ਜਾਦੀਆਂ ਹਨ।

Sexual desire, anger and other evils are subdued in the Saadh Sangat, the Company of the Holy.

੬.ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਉਪਜੈ ਬਿਸ੍ਵਾਸ ॥(ਪੰਨਾ੩੪੩) saadhasangath oupajai bisavaas |
ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਭਰੋਸਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। In the Company of the Holy, faith wells up.

੭.ਖੋਜਤ ਖੋਜਤ ਸੁਨੀ ਇਹ ਸੋਇ ॥ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਬਿਨੁ ਤਰਿਓ ਨ ਕੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੩੭੩)

khojath khojath sunee eih soe | saadhasangath bin thariou n koe |
ਭਾਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਰਦਿਆਂ ਇਹ ਖਬਰ ਸੁਣੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਪਾਰ ਨਹੀਂ ਲੰਘ ਸਕਦਾ।

By searching and seeking, I have heard this news,that without the Saadh Sangat, the Company of the Holy, no one swims across.

੮.ਊਤਮ ਸੰਗਤਿ ਊਤਮੁ ਹੋਵੈ ॥ਗੁਣ ਕਉ ਧਾਵੈ ਅਵਗਣ ਧੋਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੪੧੪)

ootham sangath ootham hovai |gun ko dhaavai avagan dhovai |
ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਉਹ ਨੇਕੀਆਂ ਲਈ ਜਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਦੀਆਂ ਧੋ ਸੁਟਦਾ ਹੈ।

In the uplifting society, one is uplifted. He chases after virtue and washes off his sins.

੯.ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਤਜਿ ਅਭਿਮਾਨ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਪਾਏ ਹੈ ਪਰਮ ਨਿਧਾਨ[੧] ॥(ਪੰਨਾ ੫੩੫)

mil sangath thaj abhimaan kahu naanak paaeae hai param nidhaan[1] |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਮਿਲ ਕੇ ਹੰਕਾਰ ਤਿਆਗ ਦੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਾਨ ਖਜ਼ਾਨਾ[੧](ਨਾਮ)ਮਿਲ ਜਾਵੇ ਗਾ।

Joining the Society of the Saints, renounce your ego; says Nanak, in this way, the supreme treasure[1] is obtained.

੧੦.ਸੰਤ ਜਨਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਜਾਇ ॥(ਪੰਨਾ ੯੬੧)

santh janaa kai sang houmai rog jaae |
ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਮੇਰਾ ਹਉਮੈ ਦਾ ਰੋਗ ਕੱਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

Associating with the humble Saints, the disease of egotism is eradicated.

੧੧.ਸੰਗਿ ਕੁਸੰਗੀ ਬੈਸਤੇ ਤਬ ਪੂਛੇ ਧਰਮ ਰਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੯੬੧)

sang kusangee baisathae thab pooshae dharam raae |
ਜਦ ਮਨੁੱਖ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਧਰਮ ਰਾਜ ਉਸ ਤੋਂ ਲੇਖਾ ਮੰਗਦਾ ਹੈ।

When one sits in the company of evil people, then he will be called to account by the Righteous Judge of Dharma.

੧੨.ਸਾਧਸੰਗਿ ਤੁਟਹਿ ਹਉ ਬੰਧਨ ਏਕੋ ਏਕੁ ਨਿਹਾਲੀਐ[੧] ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੯)

saadhasang thuttehi ho bandhan eaeko eaek nihaaleeai[1] |
ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਦੀ ਬੇੜੀਆਂ ਕਟੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆ ਹਨ ਅਤੇ ਜੀਵ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਹੀ ਵੇਖਦਾ[੧] ਹੈ।

In the Saadh Sangat, the Company of the Holy, the bonds of egotism are released, and one comes to behold[1] the One and only Lord.

੧੩.ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮਦ ਨਿੰਦਾ ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਟਿਆ ਅਭਿਮਾਨ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੧੫੧)

kaam krodh lobh madh nindhaa saadhasang mittiaa abhimaan |
ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ,ਲੋਭ,ਮੋਹ,ਹੰਕਾਰ ਤੇ ਨਿੰਦਿਆ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Sexual desire, anger, intoxication, egotism, slander and egotistical pride are eradicated in the Saadh Sangat, the Company of the Holy.

੧੪.ਕਹਿ ਕਮੀਰ ਅਬ ਕਹੀਐ ਕਾਹਿ ॥ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਬੈਕੁੰਠੈ[੧] ਆਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੬੧)

kehi kameer ab keheeai kaahi |saadhasangath baikunthai[1]aahi |
ਹੇ ਕਬੀਰ, ਮੈਂ  ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀ ਆਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਹੀ ਬਹਿਸ਼ਤ[੧] ਹੈ?

Says Kabeer, now what more can I say?The  Company of the Holy, is heaven[1]itself.

੧੫.ਵਿਚਿ ਸੰਗਤਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਵਰਤਦਾ ਬੁਝਹੁ ਸਬਦ ਵੀਚਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੧੪)

vich sangath har prabh varathadhaa bujhahu sabadh veechaar |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਵਸਦਾ ਹੈ। ਬਾਣੀ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬੁੱਝ ਲੈ।

The Lord God prevails in the Holy Congregation; reflect upon the *Shabad* and understand.

੧੬.ਕਬੀਰ ਸੰਤ ਕੀ ਗੈਲ[੧] ਨ ਛੋਡੀਐ ਮਾਰਗਿ ਲਾਗਾ ਜਾਉ ॥
ਪੇਖਤ[੨] ਹੀ ਪੁੰਨੀਤ ਹੋਇ ਭੇਟਤ ਜਪੀਐ ਨਾਉ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੧)

kabeer santh kee gail [1]n shoddeeai maarag laagaa jaao |
paekhath[2] hee punneeth hoe bhaettath japeeai naao |
ਹੇ ਕਬੀਰ !ਸੰਤਾਂ ਦੀ  ਸੰਗਤ[੧] ਨਾਹ ਛੱਡੀਏ , ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਸਤੇ ਉੱਤੇ  ਚਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਸੰਤਾਂ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ[੨]

ਕੀਤਿਆਂ ਮਨ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਾਸ ਬੈਠਿਆਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰੀਦਾ ਹੈ (ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਸ਼ੌਕ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ।

Kabeer, do not leave the Society[1] of the Saints; walk upon this Path. See[2] them, and be sanctified; meet them, and chant the Name.

# HONESTY----ਇਮਾਨਦਾਰੀ

## ੧.ਵਸਤੁ ਪਰਾਈ ਅਪੁਨੀ ਕਰਿ ਜਾਨੈ ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਦੁਖੁ ਘਾਲੇ[1] ॥(ਪੰਨਾ੧੩੯)

vasath paraaee apunee kar jaanai houmai vich dhukh ghaalae[1] |
ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਮਾਲ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਉਹ ਹੰਕਾਰ ਵਿਚ ਦੁਖ ਸਹਾਰਦਾ[1] ਹੈ।

He sees other people's property as his own, and in egotism, he suffers[1] in pain.

## ੨.ਜੇ ਰਤੁ ਲਗੈ ਕਪੜੈ ਜਾਮਾ ਹੋਇ ਪਲੀਤੁ[1] ॥
## ਜੋ ਰਤੁ ਪੀਵਹਿ ਮਾਣਸਾ ਤਿਨ ਕਿਉ ਨਿਰਮਲੁ ਚੀਤੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੦)

jae rath lagai kaparrai jaamaa hoe paleeth[1] |
jo rath peevehi maanasaa thin kio niramal cheeth |
ਜੇ ਕਪੜੇ ਨੂੰ ਲਹੂ ਲਗ ਜਾਏ ਤਾਂ ਪੁਸ਼ਾਕ ਮਲੀਨ[1] ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਲੋਕ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਲਹੂ ਪੀਂਦੇ ਹਨ(ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹਕ ਖਾਂਦੇ ਹਨ) ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਨ ਕਿਵੇਂ ਸਾਫ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ?

If one's clothes are stained with blood, the garment becomes polluted[1]. Those who suck the blood of human beings-how can their consciousness be pure?

## ੩.ਹਕੁ ਪਰਾਇਆ ਨਾਨਕਾ ਉਸੁ ਸੂਅਰ ਉਸੁ ਗਾਇ ॥
## ਗੁਰੁ ਪੀਰੁ ਹਾਮਾ ਤਾ ਭਰੇ ਜਾ ਮੁਰਦਾਰੁ[1] ਨ ਖਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੧)

hak paraaeiaa naanakaa ous sooar ous gaae |
gur peer haamaa thaa bharae jaa muradhaar[1] n khaae |
ਹੇ ਨਾਨਕ, ਪਰਾਇਆ ਹੱਕ(ਖੋਹਣਾ) ਉਸ (ਮੁਸਲਮਾਨ) ਲਈ ਸੂਰ ਖਾਣਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ (ਹਿੰਦੂ) ਲਈ ਗਾਂ ਖਾਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।ਗੁਰੂ ਤੇ ਧਾਰਮਕ ਆਗੂ ਤਾਂ ਹੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਪਰਾਇਆ ਹੱਕ[1] ਨਾ ਮਾਰੇ।

To take what rightfully belongs to another, is like a Muslim eating pork, or a Hindu eating beef. Our Guru, our Spiritual Guide, stands by us, if we do not eat those carcasses[1].

## ੪.ਗਲੀ ਭਿਸਤਿ ਨ ਜਾਈਐ ਛੁਟੈ ਸਚੁ ਕਮਾਇ ॥
## ਮਾਰਣ[1] ਪਾਹਿ ਹਰਾਮ ਮਹਿ ਹੋਇ ਹਲਾਲੁ ਨ ਜਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੧)

galee bhisath n jaaeeai shuttai sach kamaae |
maaran[1] paahi haraam mehi hoe halaal n jaae |
ਨਿਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਬੰਦਾ ਸਵਰਗ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ।ਛੁਟਕਾਰਾ ਤਾਂ ਸੱਚ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਹੈ।ਗੱਲਾਂ ਦੇ ਮਸਾਲੇ[1] ਹਰਾਮ ਦੇ ਮਾਲ ਵਿਚ ਪਾਇਆਂ ਉਹ ਹੱਕ ਦਾ ਮਾਲ ਨਹੀਂ ਬਣ ਜਾਂਦਾ।

By mere talk, people do not earn passage to Heaven. Salvation comes only from the practice of Truth. By adding spices[1] to forbidden foods, they are not made acceptable.

## ੫.ਵਲਵੰਚ[1] ਕਰਿ ਉਦਰੁ ਭਰਹਿ ਮੂਰਖ ਗਾਵਾਰਾ ॥
## ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਦੇ ਰਹਿਆ ਹਰਿ ਦੇਵਣਹਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੪੬੧)

valavanch[1] kar oudhar bharehi moorakh gaavaaraa |
sabh kish dhae rehiaa har dhaevanehaaraa |
ਹੇ ਬੇਸਮਝ ਤੇ ਬੇਵਕੂਫ !ਤੂੰ ਵਲਛਲ[1] ਕਰ ਕੇ ਪੇਟ ਭਰਦਾ ਹੈਂ।ਤੂੰ ਭੁਲ ਗਿਆ ਹੈਂ ਕਿ ਦਾਤਾਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੈਨੂੰ ਸਭ ਕੁੱਝ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। Practicing deceit[1], you fill your belly, you ignorant fool! The Lord, the Great Giver, continues to give you everything.

੬.ਬਹੁ ਪਰਪੰਚਿ[1] ਕਰਿ ਪਰ ਧਨੁ ਲਿਆਵੈ ॥ਸੁਤ ਦਾਰਾ ਪਹਿ ਆਨਿ ਲੁਟਾਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੬੫੬)

bahu parapanch[1] kar par dhan liaavai | suth dhaaraa pehi aan luttaavai |
ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਠਗੀਆਂ[1] ਕਰ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਪਰਾਇਆ ਮਾਲ ਲਿਆ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਤੇ ਵਹੁਟੀ ਕੋਲ ਲੁਟਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈਂ।

Practicing great hypocrisy[1], he acquires the wealth of others. Returning home, he squanders it on his wife and children.

੭.ਮਨ ਮੇਰੇ ਭੂਲੇ ਕਪਟੁ[1]ਨ ਕੀਜੈ ॥ਅੰਤਿ ਨਿਬੇਰਾ ਤੇਰੇ ਜੀਅ ਪਹਿ ਲੀਜੈ ॥(ਪੰਨਾ੬੫੬)

man maerae bhoolae kapatt[1] n keejai |anth nibaeraa thaerae jeea pehi leejai |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ।ਭੁੱਲ ਕੇ ਵੀ ਛਲ ਫਰੇਬ[1] ਨਾ ਕਰ। ਅਖੀਰ ਨੂੰ ਤੇਰੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ (ਆਪਣੇ ਅਮਲਾਂ ਦਾ)ਹਿਸਾਬ ਦੇਣਾ ਪਵੇ ਗਾ।

O my mind, do not practice deception[1], even inadvertently. In the end, your own soul shall have to answer for its account.

੮.ਵਸਤੁ ਪਰਾਈ ਕਉ ਉਠਿ ਰੋਵੈ ॥ਕਰਮ ਧਰਮ ਸਗਲਾ ਈ ਖੋਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੬੭੬)

vasath paraaee ko outh rovai |karam dharam sagalaa ee khovai |
ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਵਸਤੂ ਲਈ ਤਰਲੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਧਾਰਮਕ ਕਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਨੂੰ ਗਵਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

He cries for the possessions of others. He forfeits all the merits of his good deeds and religion.

੯.ਖੁਸਿ ਖੁਸਿ ਲੈਦਾ ਵਸਤੁ ਪਰਾਈ ॥ਵੇਖੈ ਸੁਣੇ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਖੁਦਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੨੦)

khus khus laidhaa vasath paraaee | vaekhai sunae thaerai naal khudhaaee |
ਤੂੰ ਪਰਾਈ ਚੀਜ਼ ਖੋਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈਂ,ਪਰ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਵਸਦਾ ਰੱਬ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਤੇ (ਤੇਰੇ ਬੋਲ ) ਸੁਣਦਾ ਹੈ।

You happily, cheerfully steal the possessions of others, but the Lord God is with you, watching and listening.

੧੦.ਪਰਾਈ ਅਮਾਣ ਕਿਉ ਰਖੀਐ ਦਿਤੀ ਹੀ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੯)

paraaee amaan kio rakheeai dhithee hee sukh hoe |
ਪਰਾਈ ਅਮਾਨਤ ਨਹੀਂ ਰਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।ਇਸ ਦੇ ਵਾਪਸ ਕੀਤਿਆਂ ਹੀ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

Why keep what is held in trust for another? Giving it back, peace is found.

੧੧.ਜੇ ਮੋਹਾਕਾ[1] ਘਰੁ ਮੁਹੈ[2] ਘਰੁ ਮੁਹਿ ਪਿਤਰੀ ਦੇਇ ॥
ਅਗੈ ਵਸਤੁ ਸਿਞਾਣੀਐ ਪਿਤਰੀ ਚੋਰ ਕਰੇਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੨)

jae mohaakaa[1] ghar muhai[2] ghar muhi pitharee dhaee |
agai vasath sinjaaneeai pitharee chor karaee |
ਜੇ ਕਰ ਕੋਈ ਚੋਰ[1] ਕਿਸੇ ਦਾ ਘਰ ਲੁੱਟ ਲਵੇ ਅਤੇ ਲੁੱਟ[2] ਦਾ ਮਾਲ ਆਪਣੇ ਵੱਡੇ ਵਡੇਰਿਆਂ ਦੇ ਵਾਸਤੇ ਦਾਨ ਕਰੇ, ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਇਹ ਮਾਲ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਵਡੇਰੇ ਹੀ ਚੋਰ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

If a thief[1] robs[2] a house, and offers the stolen goods to his ancestors. In the world hereafter, this is recognized, and his ancestors are considered thieves as well.

੧੨.ਪਰ ਦਰਬ ਹਿਰਣੰ[1]ਬਹੁ ਵਿਘਨ[2]ਕਰਣੰ ਉਚਰਣੰ[3] ਸਰਬ ਜੀਅ ਕਹ ॥
ਲਉ ਲਈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਤਿਪਤਿ ਮਨ ਮਾਏ ਕਰਮ ਕਰਤ ਸਿ ਸੂਕਰਹ[4] ॥(ਪੰਨਾ੧੩੬੦)

par dharab hiranan[1] bahu vighan[2] karanan oucharanan[3] sarab jeea keh |
lo lee thrisanaa athipath man maaeae karam karath s sookareh[4] |
ਮਨੁੱਖ ਪਰਾਇਆ ਧਨ ਚੁਰਾਉਂਦਾ[1] ਹੈ, ਕਈ ਪਾਪ[2] ਕਰਦਾ ਹੈ,ਉਸ ਦਾ ਸਾਰਾ ਉਪਦੇਸ[3] ਰੋਜ਼ੀ ਲਈ ਹੈ।ਉਸ ਦੀ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਖਾਹਿਸ਼ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਸੂਰ[4] ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

The mortal steals[1] the wealth of others, and makes all sorts of problems[2]; his preaching[3] is only

for his own livelihood. His desire for this and that is not satisfied; his mind is caught in Maya, and he is acting like a pig[4].

# HOUSEHOLDER---ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ

੧.ਮਨ ਰੇ ਗ੍ਰਿਹ[1] ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸੁ ॥(ਪੰਨਾ੨੬) man rae grihhee[1] maahi oudhaas |
ਹੇ ਮਨ !ਗ੍ਰਿਹਸਤ[1] ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ(ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਲੋਂ) ਨਿਰਲੇਪ ਰਹੁ।
O mind, remain detached in the midst of your household.[1]

੨.ਦਾਸਨਿ ਦਾਸ ਨਿਤ ਹੋਵਹਿ ਦਾਸੁ ॥ਗ੍ਰਿਹ ਕੁਟੰਬ[1] ਮਹਿ ਸਦਾ ਉਦਾਸੁ ॥(ਪੰਨਾ੨੩੨)
dhaasan dhaas nith hovehi dhaas |grih kuttanb[1] mehi sadhaa oudhaas |
(ਗੁਰਮੁਖ) ਹਮੇਸ਼ਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸੇਵਕਾਂ ਦਾ ਸੇਵਕ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।ਉਹ ਗ੍ਰਹਿਸਤੀ ਜੀਵਨ ਤੇ ਪਰਵਾਰ[1] ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
He(a pious man) becomes the constant slave of the slaves of the Lord's slaves. Within his household and family[1], he remains always detached.

੩.ਇਕਿ ਗਿਰਹੀ ਸੇਵਕ ਸਾਧਿਕਾ ਗੁਰਮਤੀ ਲਾਗੇ ॥
ਨਾਮੁ ਦਾਨੁ ਇਸਨਾਨੁ ਦ੍ਰਿੜੁ ਹਰਿ ਭਗਤਿ ਸੁ ਜਾਗੇ ॥(ਪੰਨਾ੪੧੯)
eik girehee saevak saadhikaa guramathee laagae |
naam dhaan eisanaan dhrirr har bhagath s jaagae |
ਕਈ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸੇਵਕ ਹਨ ਤੇ ਸੇਵਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਗੁਜ਼ਾਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਨਾਮ ਦਾਨ ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗ੍ਰਿਹਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਬੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।
Some are householders, Lord's servants, seekers and attached to the Guru's Teachings. They hold fast to the Naam, to charity, to cleansing and purification; they remain awake in devotion to the Lord.

੪.ਭਗਤ ਜਨਾ ਕਉ ਸਰਧਾ ਆਪਿ ਹਰਿ ਲਾਈ ॥ਵਿਚੇ ਗ੍ਰਿਸਤ ਉਦਾਸ[1] ਰਹਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ੪੯੪)
bhagath janaa ko saradhaa aap har laaee |vichae grisath oudhaas[1] rehaaee |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣੇ ਭਗਤਾਂ ਅੰਦਰ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰੇਮ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚ ਵੀ ਨਿਰਲੇਪ[1] ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।
The Lord Himself infuses devotion into His humble devotees. In the midst of family life, they remain unattached[1].

੫.ਇਸੁ ਭੇਖੈ[1]ਥਾਵਹੁ ਗਿਰਹੋ ਭਲਾ ਜਿਥਹੁ ਕੋ ਵਰਸਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੫੮੭)
eis bhaekhai[1] thaavahu gireho bhalaa jithahu ko varasaae |
ਇਸ ਭੇਖੀ(ਵਿਖਾਵੇ ਲਈ ਲਿਬਾਸ ਪਹਿਨਣ[1]ਵਾਲੇ) ਨਾਲੋਂ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਚੰਗਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
Instead of wearing[1]these beggar's robes, it is better to be a householder, and give to others.

੬.ਗਿਰਹੀ ਮਹਿ ਸਦਾ ਹਰਿ ਜਨ ਉਦਾਸੀ ਗਿਆਨ ਤਤ ਬੀਚਾਰੀ ॥(ਪੰਨਾ੫੯੯)
girehee mehi sadhaa har jan oudhaasee giaan thath beechaaree |
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਭਗਤ ਗੁਰੂ ਦੇ ਬਖ਼ਸ਼ੇ ਅਸਲ ਗਿਆਨ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਹੋ ਕੇ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਮਾਇਆ ਵਲੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ।
Immersed in family life, the Lord's humble servant ever remains detached; he reflects upon the essence of spiritual wisdom.

੭.ਸਤਿਗੁਰ ਕੀ ਐਸੀ ਵਡਿਆਈ ॥ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ[1]ਵਿਚੇ ਗਤਿ ਪਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੬੬੧)
sathigur kee aisee vaddiaaee |puthr kalathr[1] vichae gath paaee |

ਇਹ ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨ ਲੜਕਿਆਂ ਤੇ ਪਤਨੀ[੧] ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ (ਰਹਿਦਿਆਂ)ਵੀ ਮੁਕਤੀ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

Such is the Glory of the True Guru; in the midst of children and spouse[1], one attains emancipation.

੮.ਸੋ ਗਿਰਹੀ ਜੋ ਨਿਗ੍ਰਹੁ [੧] ਕਰੈ ॥ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ[੨] ਭੀਖਿਆ ਕਰੈ ॥
ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਕਾ ਕਰੇ ਸਰੀਰੁ ॥ਸੋ ਗਿਰਹੀ ਗੰਗਾ ਕਾ ਨੀਰੁ[੩]॥(ਪੰਨਾ੯੫੨)

so girehee jo nigrahu[1] karai | jap thap sanjam[2] bheekhiaa karai|
punn dhaan kaa karae sareer | so girehee gangaa kaa neer[3] |

( ਅਸਲੀ) ਗ੍ਰਿਗਸਤੀ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੀ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ[੧] ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਸਿਮਰਨ,ਕਰੜੀ ਘਾਲ ਤੇ ਆਪਾ ਵਸ ਕਰਨ[੨]ਦੀ ਦਾਤ (ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ) ਮੰਗਦਾ ਹੈ।ਉਹ ਆਪਣਾ ਸਰੀਰ ਵੀ ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।ਅਜਿਹਾ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਗੰਗਾ ਜਲ[੩] ਵਰਗਾ (ਪਵਿਤਰ) ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

He alone is a householder, who restrains[1] his passions and begs for meditation, austerity and self-discipline[2]. He gives in charity all that he earns through physical hard work. Such a householder is as pure as the water[3] of the Ganges.

੯.ਹੋਇ ਉਦਾਸੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਤਜਿ ਚਲਿਓ ਛੁਟਕੈ ਨਾਹੀ ਨਾਠਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੦੩)

hoe oudhaasee grihu thaj chaliou shuttakai naahee naathaa |

ਕੋਈ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਬਾਹਰ ਟੁਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਜਣ ਨਾਲ ਮੁਕਤੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

Another becomes a hermit; he abandons his home and walks out on his family, but he is not saved by such a flight.

੧੦.ਕਬੀਰ ਜਉ ਗ੍ਰਿਹੁ ਕਰਹਿ ਤ ਧਰਮੁ ਕਰੁ ਨਾਹੀ ਤ ਕਰੁ ਬੈਰਾਗੁ ॥
ਬੈਰਾਗੀ ਬੰਧਨੁ ਕਰੈ ਤਾ ਕੋ ਬਡੋ ਅਭਾਗੁ [੧]॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੭)

kabeer jo grihu karehi th dharam kar naahee th kar bairaag |
bairaagee bandhan karai thaa ko baddo abhaag [1]|

ਹੇ ਕਬੀਰ! ਜੇ ਤੂੰ ਘਰ-ਬਾਰੀ ਬਣਦਾ ਹੈਂ ਤਾਂ ਘਰ-ਬਾਰੀ ਵਾਲਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਭੀ ਨਿਬਾਹ ਜੇ ਤੂੰ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਹੀ ਗ਼ਰਕੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਤਿਆਗਣਾ ਹੀ ਭਲਾ ਹੈ । ਤਿਆਗੀ ਬਣ ਕੇ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਫਿਰ ਭੀ ਨਾਲ ਨਾਲ ਮਾਇਆ ਦਾ ਜੰਜਾਲ ਸਹੇੜਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਬੜੀ ਬਦ-ਕਿਸਮਤੀ[੧] ਸਮਝੋ ।

Kabeer, if you live the householder's life, then practice righteousness; otherwise, you might as well retire from the world. If someone renounces the world, and then gets involved in worldly entanglements, he shall suffer terrible misfortune[1].

# HUMILITY----ਨਿਮਰਤਾ

੧.ਨੀਚਾ ਅੰਦਰਿ ਨੀਚ ਜਾਤਿ ਨੀਚੀ ਹੂ ਅਤਿ ਨੀਚੁ ॥
ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸਾਥਿ ਵਡਿਆ ਸਿਉ ਕਿਆ ਰੀਸ ॥(ਪੰਨਾ੧੫)

neechaa andhar neech jaath neechee hoo ath neech |
naanak thin kai sang saath vaddiaa sio kiaa rees |

ਨਾਨਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਲੋੜਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਨੀਵੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਨੀਵੀਂ ਜਾਤ ਦੇ ਹਨ,ਸਗੋਂ ਮਾੜਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਹਨ।ਉਚਿਆਂ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ ਕਰਨ ਦਾ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਚਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ।

Nanak seeks the company of the lowest of the low class, the very lowest of the low. Why should he try to compete with the great?

੨.ਮਰਿ ਮਰਿ ਜੀਵੈ ਤਾ ਕਿਛੁ ਪਾਏ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੩) mar mar jeevai thaa kish paaeae |

ਜੇ ਕਰ ਮਨੁੱਖ ਮੁੜ ਮੁੜ ਜਤਨ ਕਰ ਕੇ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਜੀਵੇ ਤਾਂ ਕੁੱਝ ਇੱਜ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

If a man lives after eradicating his ego,he gains some honor.

੩.ਹੋਇ ਨਿਮਾਨਾ ਜਗਿ ਰਹਹੁ ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ[੧] ਪਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੨੫੯)

hoe nimaanaa jag rehahu naanak nadharee[1] paar |

ਹੇ ਨਾਨਕ !ਜੇ ਕਰ ਤੂੰ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਨਾਲ ਰਹੇਂ ਤਾਂ ਰੱਬ ਦੀ ਮਿਹਰ[੧] ਨਾਲ (ਸੰਸਾਰ ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ) ਪਾਰ ਹੋ ਜਾਵੇਂਗਾ।

Be humble in this world, O Nanak, and by His Grace[1] you shall be carried across.

੪. ਆਪਸ ਕਉ ਜੋ ਜਾਣੈ ਨੀਚਾ ॥ਸੋਊ ਗਨੀਐ ਸਭ ਤੇ ਊਚਾ ॥(ਪੰਨਾ੨੬੬)

aapas ko jo jaanai neechaa |sooo ganeeai sabh thae oochaa |

ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਨੀਵਾਂ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

One who sees himself as lowly, should be accounted as the highest of all.

੫.ਸੁਖੀ ਬਸੈ ਮਸਕੀਨੀਆ[੧] ਆਪੁ ਨਿਵਾਰਿ[੨] ਤਲੇ ॥
ਬਡੇ ਬਡੇ ਅਹੰਕਾਰੀਆ ਨਾਨਕ ਗਰਬਿ[੩] ਗਲੇ ॥(ਪੰਨਾ੨੭੮)

sukhee basai masakeeneeaa[1] aap nivaar[2] thalae |
baddae baddae ahankaareeaa naanak garab[3] galae |

ਗਰੀਬੀ ਸੁਭਾ ਵਾਲਾ[੧] ਬੰਦਾ ਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਤੇ ਨੀਵਾਂ[੨] ਰਹਿ ਕੇ ਸੁਖੀ ਵਸਦਾ ਹੈ।ਹੇ ਨਾਨਕ ! ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਆਕੜ ਖਾਂ ਬੰਦੇ ਹੰਕਾਰ[੩] ਵਿਚ ਗਲ ਸੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

The humble[1] beings abide in peace; subduing[2]egotism, they are meek. The very proud and arrogant persons, O Nanak, are consumed by their own pride[3].

੬.ਸਭ ਕੀ ਰੇਨੁ[੧] ਹੋਇ ਰਹੈ ਮਨੂਆ ਸਗਲੇ ਦੀਸਹਿ ਮੀਤ ਪਿਆਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੩੭੯)

sabh kee raen[1] hoe rehai manooaa sagalae dheesehi meeth piaarae |

ਮੇਰਾ ਮਨ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਚਰਨ ਧੂੜ[੧](ਨੀਵਾਂ) ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਕੋਈ ਮੈਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਮਿੱਤਰ ਦਿਸਦਾ ਹੈ।

My mind has become the dust[1] of all, and everyone seems a sweet friend to me.

੭. ਮਨ ਤੂੰ ਮਤ ਮਾਣੁ ਕਰਹਿ ਜਿ ਹਉ ਕਿਛੁ ਜਾਣਦਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਿਮਾਣਾ ਹੋਹੁ ॥(ਪੰਨਾ੪੪੧)

man thoon math maan karehi j ho kish jaanadhaa guramukh nimaanaa hohu |

ਹੇ ਮਨ !ਤੂੰ ਹੰਕਾਰ ਨਾ ਕਰ ਕਿ ਤੂੰ ਕੁੱਝ ਜਾਣਦਾ ਹੈਂ।ਤੂੰ ਨੇਕ ਤੇ ਨਿਮਰ ਹੋ ਜਾ।

O mind, don't be so proud of yourself, as if you know it all; be humble and poise.

੮.ਜੇ ਲੋੜਹਿ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਕਰਿ ਪੁੰਨਹੁ ਨੀਚੁ ਸਦਾਈਐ ॥(ਪੰਨਾ੪੬੫)

jae lorrehi changaa aapanaa kar punnahu neech sadhaaeeai |
ਜੇ ਤੂੰ ਆਪਣਾ ਭਲਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈਨ ਤਾਂ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਰ ਤੇ ਓਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਅਖਵਾ।

If you yearn for goodness, then perform good deeds and feel humble.

੯.ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਕਰਿ ਨੀਚੁ ਸਦਾਏ ॥ ਤਉ ਨਾਨਕ ਮੋਖੰਤਰੁ[੧] ਪਾਏ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੦)

bhaao bhagath kar neech sadhaaeae | tho naanak mokhanthar[1] paaeae |
ਹੇ ਨਾਨਕ, ਜਦ ਮਨੁੱਖ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਸਦਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਮੁਕਤੀ[੧] ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

With loving devotional worship, abiding in humility, O Nanak, salvation[1] is attained.

੧੦.ਮਿਠਤੁ ਨੀਵੀ ਨਾਨਕਾ ਗੁਣ ਚੰਗਿਆਈਆ ਤਤੁ[੧] ॥ (ਪੰਨਾ੪੭੦)

mithath neevee naanakaa gun changiaaeeaa thath[1] |
ਹੇ ਨਾਨਕ, ਮਿਠਾਸ ਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਨੇਕੀਆਂ ਤੇ ਖੂਬੀਆਂ ਦਾ ਨਿਚੋੜ[੧]ਹੈ।

Sweetness and humility, O Nanak, are the essence[1] of virtue and goodness.

ਸਭੁ ਕੋ ਨਿਵੈ ਆਪ ਕਉ ਪਰ ਕਉ ਨਿਵੈ ਨ ਕੋਇ ॥
ਧਰਿ ਤਾਰਾਜੂ ਤੋਲੀਐ ਨਿਵੈ ਸੁ ਗਉਰਾ[੧] ਹੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ੪੭੦)

sabh ko nivai aap ko par ko nivai n koe |
dhar thaaraajoo tholeeai nivai s goura1a hoe |
ਹਰ ਕੋਈ ਆਪਣੀ ਖਾਤਰ ਨਿਉਂਦਾ ਹੈ।ਓਪਰੇ ਦੇ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਨਿਉਂਦਾ। ਜੇ ਕਰ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਤੱਕੜੀ (ਦੇ ਪੱਲੇ ਵਿਚ) ਰਖ ਕੇ ਤੋਲੀ ਜਾਏ ਤਾਂ ਜਿਹੜਾ ਪਾਸਾ ਨੀਵਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਭਾਰਾ[੧] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

Everyone bows down to himself; no one bows down to another. When something is placed on the balancing scale and weighed, the side which descends is heavier[1].

੧੧.ਨਾਨਕ ਸਤਿਗੁਰੁ ਤਦ ਹੀ ਪਾਏ ਜਾਂ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਏ ॥(ਪੰਨਾ ੫੫੦)

naanak sathigur thadh hee paaeae jaa vichahu aap gavaaeae |
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਸਤਿਗੁਰੂ ਭੀ ਤਦੋਂ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚੋਂ ਅਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ।

O Nanak, he alone finds the True Guru, who eliminates self-conceit from within.

੧੨.ਗਰੀਬੀ ਗਦਾ[੧] ਹਮਾਰੀ ॥ਖੰਨਾ ਸਗਲ ਰੇਨੁ ਛਾਰੀ ॥(ਪੰਨਾ੬੨੮)

gareebee gadhaa[1] hamaaree |khannaa sagal raen shaaree |
ਨਿਮਰਤਾ ਮੇਰਾ ਗੁਰਜ[੧] ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਧੂੜ ਹੋਣਾ ਮੇਰਾ ਦੋਧਾਰਾ ਖੰਡਾ ਹੈ।

Humility is my spiked club[1]. My dagger is to be the dust of all men's feet.

੧੩.ਹਮ ਨਹੀ ਚੰਗੇ ਬੁਰਾ ਨਹੀ ਕੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੭੨੮) ham nehee changae buraa nehee koe |
**(ਨਿਮਰ) ਮਨੁੱਖ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਤੇ ਕੋਈ ਮੇਰੇ ਨਾਲੋਂ ਮੰਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।**

I am not good; no one is bad.

੧੪.ਅਪਨਾ ਆਪੁ ਸਗਲ ਮਿਟਾਇ ॥ ਮਨ ਚਿੰਦੇ[੧] ਸੇਈ ਫਲ ਪਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੮੯੫)

apanaa aap sagal mittaae | man chindhae[1] saeee fal paae |
ਜਿਹੜਾ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਹੰਕਾਰ ਮਿਟਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਮੂੰਹ ਮੰਗੇ[੧] ਫ਼ਲ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

He who totally erases his self-conceit obtains the fruits of his mind's desires[1].

੧੫, ਹੋਹੁ ਸਭਨਾ ਕੀ ਰੇਣੁਕਾ ਤਉ ਆਉ ਹਮਾਰੈ ਪਾਸਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੦੨)

hohu sabhanaa kee raenukaa tho aao hamaarai paas |

**ਤੂੰ ਪਹਿਲੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਧੂੜ ਹੋ ਜਾ(ਹਉਮੈ ਤਿਆਗ ਦੇ) ਤਦ ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਨੇੜੇ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈਂ।**

Become the dust of the feet of all, and then, you may come to me.

੧੬.ਨੀਚ ਕੀਚ[੧] ਨਿਮ੍ਰਿਤ ਘਨੀ ਕਰਨੀ ਕਮਲ ਜਮਾਲ[੨] ॥(ਪੰਨਾ੧੩੮੪(

neech keech[1] nimrith ghanee karanee kamal jamaal [2]|

**ਚਿਕੜ[੧] ਨੀਵਾਂ ਹੈ। ਉਸ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਨਿਮਰਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ਕੋਮਲ ਸੁੰਦਰਤਾ[੨] ਵਾਲਾ ਕੰਵਲ ਉਗਦਾ ਹੈ।**

Mud[1] lies low in utter humility. Due to it, blossoms forth a beautiful[2] lotus in it,

੧੭.ਨਿਵਣੁ ਸੁ ਅਖਰੁ ਖਵਣੁ[੧] ਗੁਣੁ ਜਿਹਬਾ ਮਣੀਆ[੨] ਮੰਤੁ ॥
ਏ ਤ੍ਰੈ ਭੈਣੇ ਵੇਸ ਕਰਿ ਤਾਂ ਵਸਿ ਆਵੀ ਕੰਤੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੮੪)

nivan s akhar khavan[1] gun jihabaa maneeaa[2] manth |
eae thrai bhainae vaes kar thaa vas aavee kanth |

ਹੇ ਭੈਣ !ਨਿਉਣਾ ਸ਼ਬਦ ਹੈ, ਸਹਾਰਨਾ[੧] ਗੁਣ ਹੈ, ਮਿੱਠਾ ਬੋਲਣਾ ਸ਼ਰੋਮਣੀ[੨]ਮੰਤਰ ਹੈ ।ਜੇ ਤੂੰ ਇਹ ਤਿੰਨ ਵੇਸ ਕਰ ਲਵੇਂ ਤਾਂ ਖਸਮ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ)ਤੇਰੇ ਵਸ ਵਿਚ ਆ ਜਾਏ ਗਾ ।

Humility is the word, forgiveness[1] is the virtue, and sweet speech is the magic[2] mantra. Wear these three robes, O sister, and you will captivate your Husband Lord.

੧੮.ਆਪੁ ਛੋਡਹਿ ਤਾਂ ਸਹੁ[੧] ਮਿਲੈ ਸਚਾ ਏਹੁ ਵੀਚਾਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ੧੪੨੦)

aap shoddehi thaa sahu[1] milai sachaa eaehu veechaar |

ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਵਿਚਾਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੂੰ (ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਆਪਾ ਭਾਵ ਛੱਡ ਦੇਵੇਂਗਾ, ਤਾਂ ਤੈਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ[੧] ਮਿਲ ਪਵੇ ਗਾ ।

Give up your selfishness, and then you shall meet your Husband Lord[1]. Consider this Truth.

੧੯.ਆਪਸ ਤੇ ਊਪਰਿ ਸਭ ਜਾਨਹੁ ਤਉ ਦਰਗਹ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੁ ॥(ਪੰਨਾ੮੮੩)

aapas thae oopar sabh jaanahu tho dharageh sukh paavahu |

**ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ ਸਮਝੋ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਆਨੰਦ ਮਾਣੋ ਗੇ।**

Know that all are above you, and you shall find peace in the Court of the Lord.

੨੦.ਨਾਨਕ ਜੋ ਮਰਿ ਜੀਵਿਆ ਸਹਿਲਾ[੧] ਆਇਆ ਸੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੯੫੬)

naanak jo mar jeeviaa sehilaa[1] aaeiaa soe |

**ਹੇ ਨਾਨਕ.ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਕੇ ਜੀਉਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਆਉਣਾ ਸਫਲ[੧] ਹੈ।**

O Nanak, blessed[1] is the birth of one, who remains dead while yet alive.

੨੧.ਅਨਦਿਨੁ ਰਹਸੁ[੧]ਭਇਆ ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੦੯)

anadhin rehas[1] bhaeiaa aap gavaaeiaa |

**ਜਿਸ ਨੇ ਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਨੰਦ[੧] ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।**

Night and day, she is enraptured[1]if her ego is gone.

੨੨,ਜਬ ਹੀ ਸਿਆਰੁ[੧] ਸਿੰਘ[੨] ਕਉ ਖਾਇ ॥ਫੂਲਿ ਰਹੀ ਸਗਲੀ ਬਨਰਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੬੧)

jab hee siaar[1] singh[2] ko khaae |fool rehee sagalee banaraae |

**ਜਦ ਗਿਦੜ[੧](ਨਿਮਰਤਾ) ਸ਼ੇਰ[੨](ਹੰਕਾਰ) ਨੂੰ ਖਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੰਗਲ(ਹਿਰਦੇ) ਦੇ ਸਾਰੇ ਫੂਲ ਖਿੜ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।**

But when the jackal[1] (humility)eats the tiger [2](ego), the entire forest flowers.

### ੨੩.ਭਗਤਿ ਕਰੇ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਖੋਇ ॥ਤਦ ਹੀ ਸਾਚਿ ਮਿਲਾਵਾ ਹੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੭੩)

bhagath karae vichahu aap khoe | thadh hee saach milaavaa hoe |
ਜਦੋਂ ਭਗਤੀ ਨਾਲ **ਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਸੱਚੇ ਸੁਆਮੀ ਨੂੰ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

Through devotional worship, self-conceit is eradicated from within,and then, one meets the True Lord.

# HYPOCRISY---------ਪਖੰਡ

੧.ਗਲੀ ਅਸੀ ਚੰਗੀਆ ਆਚਾਰੀ[੧] ਬੁਰੀਆਹ ॥
ਮਨਹੁ ਕੁਸੁਧਾ[੨] ਕਾਲੀਆ ਬਾਹਰਿ ਚਿਟਵੀਆਹ ॥(ਪੰਨਾ੮੫)

galaaee asee changeeaa aachaaree[1] bureeaah |
manahu kusudhaa[2] kaaleeaa baahar chittaveeaah |
ਅਸੀਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਤਾਂ ਵਿਚ ਸੁਚੱਜੀਆਂ ਹਾਂ ,ਪਰ ਅਮਲਾਂ[੧] ਵਿਚ ਭੈੜੀਆਂ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਮਨੋਂ ਖੋਟੀਆਂ[੨] ਤੇ ਕਾਲੀਆਂ ਹਾਂ,ਪਰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਸਫੈਦ ਹਾਂ।

We are good at talking, but our actions[1] are bad. Mentally, we are impure[2] and black, but outwardly, we appear white.

੨.ਅੰਤਰਿ ਅਗਨਿ ਬਾਹਰਿ ਤਨੁ ਸੁਆਹ ॥ਗਲਿ ਪਾਥਰ ਕੈਸੇ ਤਰੈ ਅਥਾਹ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੨੬੭)

anthar agan baahar than suaah |gal paathar kaisae tharai athaah[1] |
ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ (ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ) ਅੱਗ ਹੈ,ਪਰ ਬਾਹਰ ਸਰੀਰ ਤੇ ਸੁਆਹ ਮਲੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਰਦਨ ਦੁਆਲੇ ਪੱਥਰ ਹੈ ਉਹ ਡੂੰਘੇ[੧]ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਪਾਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

The fire of desire rages within; outwardly they apply ashes to their bodies. There is a stone around their neck - how can they cross the unfathomable[1] ocean?

੩.ਅਵਰ ਉਪਦੇਸੈ ਆਪਿ ਨ ਕਰੈ ॥ਆਵਤ ਜਾਵਤ ਜਨਮੈ ਮਰੈ ॥ (ਪੰਨਾ੨੬੯)

avar oupadhaesai aap n karai | aavath jaavath janamai marai |
ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ,ਪਰ ਆਪ ਉਸ ਤੇ ਅਮਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਉਹ (ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ) ਆਉਂਦਾ ਜਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

One who does not practice what he preaches to others, comes and goes in reincarnation, through birth and death.

੪.ਕਿਆ ਜਪੁ ਕਿਆ ਤਪੁ ਕਿਆ ਬ੍ਰਤ ਪੂਜਾ ॥ ਜਾ ਕੈ ਰਿਦੈ ਭਾਉ[੧] ਹੈ ਦੂਜਾ ॥(ਪੰਨਾ੩੨੪)

kiaa jap kiaa thap kiaa brath poojaa | jaa kai ridhai bhaao[1] hai dhoojaa |
ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜਿਸ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿਚ(ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ)ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਾ ਪਿਆਰ[੧] ਹੈ,ਉਸ ਨੂੰ ਬੰਦਗੀ, ਤਪੱਸਿਆ,ਵਰਤ ਤੇ ਪੂਜਾ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।

What use is chanting, and what use is penance, fasting or devotional worship, to one whose heart is filled with the love[1] of duality?

੫.ਜੀਵਤ ਪਿਤਰ[੧] ਨ ਮਾਨੈ ਕੋਊ ਮੂਏਂ ਸਿਰਾਧ ਕਰਾਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ੩੩੨)

jeevath pithar[1] n maanai kooo mooeae siraadh karaahee |
ਉਹ ਮਾਪਿਆਂ[੧] ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਉਂਦਿਆਂ ਤਾਂ ਸੇਵਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ,ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਮਿਤ ਪੰਡਤਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਛਕਾਉਂਦਾ ਹੈ।

He does not honor his ancestors[1] while they are alive, but he holds feasts in their honor after they have died.

੬.ਬਾਹਰੁ ਧੋਇ ਅੰਤਰੁ ਮਨੁ ਮੈਲਾ ਦੁਇ ਠਉਰ[੧] ਅਪੁਨੇ ਖੋਏ ॥ (ਪੰਨਾ੩੮੧)

baahar dhoe anthar man mailaa dhue thour[1] apunae khoeae |
ਉਹ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ,ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਖੋਟ ਹੈ; ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਲੋਕ ਪਰਲੋਕ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਥਾਂ[੧] ਗਵਾ ਲੈਂਦਾ

ਹੈ।

He washes outwardly, but within, his mind is filthy; thus he loses his place[1] in both worlds.

੭.ਖੋਟੁ ਨ ਕੀਚਈ ਪ੍ਰਭੁ ਪਰਖਣਹਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੦)

khott n keechee prabh parakhanehaaraa |
ਧੋਖਾ ਨਾ ਕਰੋ ।ਰੱਬ ਬੰਦੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ।

Do not practice deception - God is the Assayer of all.

੮.ਸੀਸਿ ਨਿਵਾਇਐ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ[1] ਕੁਸੁਧੇ ਜਾਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੦)

sees nivaaeiai kiaa theeai jaa ridhai[1] kusudhae jaahi |
ਕੇਵਲ ਸਿਰ ਝੁਕਾਉਣ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ[1] ਵਿਚ ਖੋਟ ਹੈ?

But what can be achieved by bowing the head, when the heart [1]is impure? |

੯. ਕਾਹੇ ਕਉ ਕੀਜੈ ਧਿਆਨੁ ਜਪੰਨਾ ॥ਜਬ ਤੇ ਸੁਧੁ ਨਾਹੀ ਮਨੁ ਅਪਨਾ ॥(ਪੰਨਾ੪੮੫)

kaahae ko keejai dhiaan japannaa | jab thae sudh naahee man apanaa |
ਤੂੰ ਕਿਸ ਵਾਸਤੇ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਪਾਠ ਕਰਦਾ ਹੈਂ ਜਦ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਮਨ ਸਾਫ ਨਹੀਂ ਹੈ।

Why do you practice meditation and chanting, when your mind is not pure?

੧੦.ਕਾਂਇਆ ਮਾਂਜਸਿ ਕਉਨ ਗੁਨਾਂ[1] ॥ਜਉ ਘਟ ਭੀਤਰਿ ਹੈ ਮਲਨਾਂ ॥(ਪੰਨਾ ੬੫੬)

kaaeiaa maajas koun gunaa[1] | jo ghatt bheethar hai malanaa |
ਸਰੀਰ ਧੋਣ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ[1] ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਤੇਰੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਖੋਟ ਹੈ?

What is the use[1] of washing your body when there is filth in your mind?

੧੧.ਚਿਟੇ ਜਿਨ ਕੇ ਕਪੜੇ ਮੈਲੇ ਚਿਤ ਕਠੋਰ[1] ਜੀਉ ॥
ਤਿਨ ਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਨ ਊਪਜੈ ਦੂਜੈ ਵਿਆਪੇ ਚੋਰ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ੭੫੧)

chittae jin kae kaparrae mailae chith kathor[1] jeeo |
thin mukh naam n oopajai dhoojai viaapae chor jeeo |
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਕਪੜੇ ਤਾਂ ਚਿੱਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ,ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਪਲੀਤ ਤੇ ਨਿਰਦਈ[1] ਹਨ;ਉਹ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਤੇ ਦਵੈਤ ਭਾਵ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਨ।ਉਹ ਚੋਰ ਹਨ।

Those who wear white clothes, but have filthy and stone-hearted[1] minds, they do not chant the Lord's Name with their mouths, but they are engrossed in duality; they are thieves.

੧੨.ਨਾਵਣ ਚਲੇ ਤੀਰਥੀ ਮਨਿ ਖੋਟੈ ਤਨਿ ਚੋਰ ॥
ਇਕੁ ਭਾਉ[1] ਲਥੀ ਨਾਤਿਆ ਦੁਇ ਭਾ ਚੜੀਅਸੁ ਹੋਰ ॥ (ਪੰਨਾ੭੮੯)

naavan chalae theerathee man khottai than chor |
eik bhaao[1] lathee naathiaa dhue bhaa charreeas hor |
ਕਈ ਕਪਟੀ ਲੋਕ ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਲਈ ਚਲ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਚੋਰ(ਬੁਰੇ ਖਿਆਲ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੈਲ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ[1] ਤਾਂ ਲਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਦੋ ਹਿੱਸੇ (ਹੰਕਾਰ ਦੀ ਮੈਲ) ਹੋਰ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

They go and bathe at sacred shrines of pilgrimage, but their minds are still evil, and in their bodies are thieves(bad thoughts). Some[1] of their filth is washed off by these baths, but they only accumulate twice as much.

੧੩.ਮਾਥੇ ਤਿਲਕੁ ਹਥਿ ਮਾਲਾ ਬਾਨਾਂ[1] ॥ਲੋਗਨ ਰਾਮੁ ਖਿਲਉਨਾ ਜਾਨਾਂ ॥ (ਪੰਨਾ੧੧੩੮)

maathae thilak hath maalaa baanaa[1] |logan raam khilounaa jaanaa |

ਲੋਕ ਮੱਥੇ ਤੇ ਟਿੱਕਾ ਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ,ਹੱਥ ਵਿਚ ਮਾਲਾ ਫੜ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਧਾਰਮਕ ਪੁਸ਼ਾਕ[੧] ਪਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ।

Some apply ceremonial marks to their foreheads, hold rosary in their hands, and wear religious robes[1]. Some people think that the Lord is a play-thing.

੧੪.ਪਾਖੰਡ ਦ੍ਰਿਸਟਿ[੧] ਮਨਿ ਕਪਟੁ ਕਮਾਹਿ ॥ਤਿਨ ਕੈ ਰਮਈਆ[੨] ਨੇੜਿ ਨਾਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੯੯)

paakhandd dhrisatt[1] man kapatt kamaahi |thin kai rameeaa[2] naerr naahi |
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਿਗਾਹ[੧] ਪਖੰਡ ਵਾਲੀ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਖੋਟ ਹੈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।

The Lord[2]does not even come near those who practice hypocrisy and deception with their eyes[1] and minds.

15.ਛੋਡਹੁ ਕਪਟੁ ਹੋਇ ਨਿਰਵੈਰਾ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਸੰਗਿ ਨਿਹਾਰੇ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੨੨੦)

shoddahu kapatt hoe niravairaa so prabh sang nihaarae[1] |
ਵਲਛਲ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦੇ ਤੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਨਾ ਕਰ। ਪ੍ਰਭੂ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਕੁੱਝ ਵੇਖ[੧] ਰਿਹਾ ਹੈ।

Abandon your deception, and go beyond vengeance; God who is always with you sees[1] every thing.

੧੬.ਦਿਲ ਮਹਿ ਕਪਟੁ ਨਿਵਾਜ ਗੁਜਾਰੈ ਕਿਆ ਹਜ ਕਾਬੈ ਜਾਂਏਂ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੪੯)

dhil mehi kapatt nivaaj gujaarai kiaa haj kaabai jaaeae |
ਜੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਠੱਗੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨਿਮਾਜ਼ਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਤੇ ਮੱਕੇ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

If someone has deception in his heart, what good is it for him to utter prayers or to go on pilgrimage to Mecca?

੧੭.ਕਰੈ ਦੁਹਕਰਮ[੧] ਦਿਖਾਵੈ ਹੋਰੁ ॥ਰਾਮ ਕੀ ਦਰਗਹ ਬਾਧਾ ਚੋਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੯੪)

karai dhuhakaram1 dhikhaavai hor |raam kee dharageh baadhaa chor |
ਉਹ ਮੰਦੇ ਕੰਮ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ ,ਪਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਦਿਖਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਚੋਰਾਂ ਵਾਂਗ ਬੰਨ੍ਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। He does evil deeds[1], and pretends otherwise; but in the Court of the Lord, he shall be bound and gagged like a thief.

੧੮.ਅੰਤਰਿ ਮੈਲੁ ਤੀਰਥ ਭਰਮੀਜੈ[੧] ॥ਮਨੁ ਨਹੀ ਸੂਚਾ ਕਿਆ ਸੋਚ ਕਰੀਜੈ ॥(ਪੰਨਾ੯੦੫)

anthar mail theerath bharameejai[1]| man nehee soochaa kiaa soch kareejai |
ਜੇ ਮਨ ਵਿਚ ਖੋਟ ਹੈ,ਤਾਂ ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਭਟਕਣ[੧] ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਮਨ ਪਵਿਤਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬਾਹਰਲੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ਹੈ?

If one is soiled within,there is no use wandering[1] at the holy places. If the mind is impure, what good is it to bathe the body to make it pure?

੧੯.ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥ (ਪੰਨ੯੧੯)

baaharahu niramal jeeahu th mailae thinee janam jooai haariaa |
ਜਿਹੜੇ ਬੰਦੇ ਬਾਹਰੋਂ ਪਵਿਤਰ ਦਿਸਣ,ਪਰ ਮਨੋਂ ਵਿਕਾਰੀ ਹੋਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਅਰਥ ਗਵਾ ਲਿਆ ਸਮਝੋ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਜੁਆਰੀ ਜੂਏ ਵਿਚ ਧਨ ਹਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

Those who are outwardly pure and yet polluted within, lose their lives in the gamble.

੨੦.ਪਾਖੰਡ ਪਾਖੰਡ ਕਰਿ ਕਰਿ ਭਰਮੇ ਲੋਭੁ ਪਾਖੰਡੁ ਜਗਿ ਬੁਰਿਆਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੯੮੧)

paakhandd paakhandd kar kar bharamae lobh paakhandd jag buriaarae |

ਕਈ ਜੀਵ ਦੰਭ ਤੇ ਵਿਖਾਵੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਪਖੰਡ ਤੇ ਲਾਲਚ ਬੜੇ ਭੈੜੇ ਹਨ।

Practicing hypocrisy and deception, people wander around in confusion. Greed and hypocrisy are evils in this world.

੨੧.ਪਾਖੰਡ ਕੀਨੇ ਜੋਗੁ ਨ ਪਾਈਐ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਅਲਖੁ[੧] ਨ ਪਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੪੩)

paakhandd keenae jog n paaeeai bin sathigur alakh1 n paaeiaa |
ਪਖੰਡ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਬਗੈਰ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰਭੂ[੧] ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ।

Practicing hypocrisy, one can not meet God; without the True Guru, the unseen Lord[1] is not found.

੨੨.ਬਾਹਰਹੁ ਪੰਡਿਤ ਸਦਾਇਦੇ ਮਨਹੁ ਮੂਰਖ ਗਾਵਾਰ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੯੧)

baaharahu panddith sadhaaeidhae manahu moorakh gaavaar |
ਕਈ ਲੋਕ ਬਾਹਰੋਂ ਤਾਂ ਵਿਦਵਾਨ ਅਖਵਾਉਂਦੇ ਹਨ,ਪਰ ਦਿਲੋਂ ਮੂੜ ਤੇ ਬੇਸਮਝ ਹਨ।

Outwardly, they call themselves Pandits, religious scholars, but in their minds they are foolish and ignorant.

੨੩.ਤਿਲਕੁ ਕਢਹਿ ਇਸਨਾਨੁ ਕਰਿ ਅੰਤਰਿ ਕਾਲੇਖੰ ॥
ਭੇਖੀ ਪ੍ਰਭੂ ਨ ਲਭਈ ਵਿਣੁ ਸਚੀ ਸਿਖੰ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੦੯੯)

thilak katehi eisanaan kar anthar kaalaekhan |
bhaekhee prabhoo n labhee vin sachee sikhan[1] |
ਕਈ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰ ਕੇ ਮੱਥੇ ਤੇ ਤਿਲਕ ਲਾਂਦੇ ਹਨ,ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਮੈਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸੱਚੀ ਸਿੱਖਿਆ[੧] ਬਾਝੋਂ ਧਾਰਮਕ ਲਿਬਾਸ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

They apply ceremonial marks to their foreheads, and take cleansing baths, but they are blackened within. They wear religious robes, but without the True Teachings[1], God is not found.

੨੪.ਚਕ੍ਰ ਬਣਾਇ ਕਰੈ ਪਾਖੰਡ ॥ਝੁਰਿ ਝੁਰਿ ਪਚੈ[੧] ਜੈਸੇ ਤ੍ਰਿਅ ਰੰਡ ॥(ਪੰਨ੧੧੫੧)

chakr banaae karai paakhandd |jhur jhur pachai[1]jaisae thria randd |
ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਮੱਥੇ ਤੇ ਧਾਰਮਕ ਚਿਨ੍ਹ ਬਣਾ ਕੇ ਵਿਖਾਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪਛਤਾਉਂਦਾ[੧] ਹੈ ਤੇ ਝੂਰਦਾ ਹੋਇਆ ਵਿਧਵਾ ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਰਾਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

He who applies ceremonial religious marks to his body, but practices hypocrisy, wastes[1] away in sadness and pain, like a lonely widow.

# HELL & HEAVEN-----ਨਰਕ ਸੁਰਗ

੧.ਜੋ ਸਿਮਰੰਦੇ ਸਾਂਈਐ ॥ਨਰਕਿ ਨ ਸੇਈ ਪਾਈਐ ॥(ਪਪੰਨਾ੧੩੨)

jo simarandhae saaeeai |narak n saeee paaeeai |
ਜਿਹੜੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਰਕ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ।

Those who meditate on the Master are not thrown down into hell.

੨.ਸੁਰਗ ਬਾਸੁ ਨ ਬਾਛੀਐ[1] ਡਰੀਐ ਨ ਨਰਕਿ ਨਿਵਾਸੁ ॥
ਹੋਨਾ ਹੈ ਸੋ ਹੋਈ ਹੈ ਮਨਹਿ ਨ ਕੀਜੈ ਆਸ ॥(ਪੰਨਾ੩੩੭)

surag baas n baasheeai[1] ddareeai n narak nivaas |
honaa hai so hoee hai manehi n keejai aas |
ਤੂੰ ਇਹ ਤਾਂਘ ਨਾ ਕਰ[1] ਕਿ ਮਰਨ ਪਿਛੋਂ ਸੁਰਗ ਮਿਲ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਨਾ ਇਸ ਗਲੋਂ ਡਰ ਕਿ ਕਿਤੇ ਨਰਕ ਵਿਚ ਹੀ ਨਾ ਨਿਵਾਸ ਮਿਲ ਜਾਵੇ ।ਜੋ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਹੈ ਉਹ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਓਮੈਦ ਨਾ ਬੰਨ੍ਹ।

Don't wish[1] for a home in heaven, and don't be afraid to live in hell. Whatever has to happen will happen, so don't build hopes  in your mind.

੩.ਨਰਕ ਸੁਰਗ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਅਉਤਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੩੮੯) narak surag fir fir aouthaaraa |
ਜੀਵ ਮੁੜ ਮੁੜ ਕਦੇ ਨਰਕ (ਦੁਖ) ਵਿਚ ਤੇ ਕਦੇ ਸੁਰਗ (ਸੁਖ)ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

The mortal is reincarnated, again and again, into heaven and hell.

੪.ਕਉਤਕ[1] ਕੋਡ[2] ਤਮਾਸਿਆ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਸੁ ਨਾਉ ॥
ਨਾਨਕ ਕੋੜੀ ਨਰਕ ਬਰਾਬਰੇ ਉਜੜੁ ਸੋਈ ਥਾਉ ॥(ਪੰਨਾ੭੦੭)

kouthak[1] kodd[2] thamaasiaa chith n aavas naao |
naanak korree narak baraabarae oujarr soee thaao |
ਜਗਤ ਦੇ ਕ੍ਰੋੜਾਂ[2] ਚੋਜ[1]ਤਮਾਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਚਿੱਤ ਵਿਚ (ਯਾਦ) ਨਾ ਰਹੇ, ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਹ ਥਾਂ ਉਜਾੜ ਸਮਝੋ, ਉਹ ਥਾਂ ਭਿਆਨਕ ਨਰਕ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ ।

In the midst of millions[2] of games[1] and entertainments, the Lord's Name does not come to their minds. O Nanak, their home is like a wilderness, in the depths of hell.

੫.ਬੈਕੁੰਠ ਨਗਰੁ ਜਹਾ ਸੰਤ ਵਾਸਾ ॥(ਪੰਨਾ੭੪੨) baikunth nagar jehaa santh vaasaa |
ਉਹ ਥਾਂ ਸੁਰਗ ਹੈ ਜਿਥੇ ਸਾਧੂ ਵਸਦੇ ਹਨ। The city of heaven is where the Saints dwell.

੬.ਤਹਾ ਬੈਕੁੰਠੁ ਜਹ ਕੀਰਤਨੁ ਤੇਰਾ ਤੂੰ ਆਪੇ ਸਰਧਾ ਲਾਇਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੭੪੯)

thehaa baikunth jeh keerathan thaeraa thoon aapae saradhaa laaeihi |
ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !ਉਥੇ ਹੀ ਸੁਰਗ ਹੈ ਜਿਥੇ ਤੇਰਾ ਜਸ ਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਸਾਡੇ ਵਿਚ ਭਰੋਸਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈਂ।

That place is heaven, where the *Kirtan* of the Lord's Praises are sung. You Yourself instill faith into us.

੭.ਤਹ ਬੈਕੁੰਠੁ ਜਹ ਨਾਮੁ ਉਚਰਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੮੯੦) theh baikunth jeh naam oucharehi |
ਸੁਰਗ ਉਥੇ ਹੈ ਜਿਥੇ (ਸੰਤ) ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਹਨ। That is heaven, where the Naam is chanted.

੮.ਕਵਨੁ ਨਰਕੁ ਕਿਆ ਸੁਰਗੁ ਬਿਚਾਰਾ ਸੰਤਨ ਦੋਊ ਰਾਦੇ [1]॥

ਹਮ ਕਾਹੂ ਕੀ ਕਾਣਿ[2] ਨ ਕਢਤੇ ਅਪਨੇ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੇ[2] ॥(ਪੰਨਾ੯੬੯)

kavan narak kiaa surag bichaaraa santhan dhooo raadhae[1] |
ham kaahoo kee kaan[2] n katathae apanae gur parasaadhae[2] |

ਕੀ ਨਰਕ ਤੇ ਕੀ ਸੁਰਗ? ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਰੱਦ[1] ਕਰ ਦਿਤੇ ਹਨ।ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ[2] ਨਾਲ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਮੁਥਾਜ[2] ਨਹੀਂ।

What is hell, and what is heaven? The Saints reject[1] them both. I have no obligation [2]to either of them, by the Grace[2] of my Guru.

੯.ਕਬੀਰ ਸੁਰਗ ਨਰਕ ਤੇ ਮੈ ਰਹਿਓ[1] ਸਤਿਗੁਰ ਕੇ ਪਰਸਾਦਿ ॥
ਚਰਨ ਕਮਲ ਕੀ ਮਉਜ[2] ਮਹਿ ਰਹਉ ਅੰਤਿ ਅਰੁ ਆਦਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੦)

kabeer surag narak thae mai rehiou[1] sathigur kae parasaadh |
charan kamal kee mouj[2] mehi reho anth ar aadh |

ਆਪਣੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮੈਂ ਸੁਰਗ (ਦੀ ਲਾਲਸਾ) ਅਤੇ ਨਰਕ (ਦੇ ਡਰ) ਤੋਂ ਬਚ ਗਿਆ[1] ਹਾਂ । ਹੇ ਕਬੀਰ! ਮੈਂ ਤਾਂ ਸਦਾ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਸੋਹਣੇ ਚਰਨਾਂ (ਦੀ ਯਾਦ) ਦੇ ਹੁਲਾਰੇ[2] ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ।

Kabeer, I have been spared[1] from heaven and hell, by the Grace of the True Guru. From beginning to end, I abide in the joy [2]of the Lord's Lotus Feet.

# IDOL WORSHIP---ਮੂਰਤੀ ਪੂਜਾ

੧.ਕਰਮ ਕਰਤ ਬਧੇ ਅਹੰਮੇਵ[੧] ॥ਮਿਲਿ ਪਾਥਰ ਕੀ ਕਰਹੀ ਸੇਵ ॥(ਪੰਨਾ੩੨੪)

karam karath badhae ahanmaev[1] |mil paathar kee karehee saev |
ਮਨੁੱਖ ਧਾਰਮਕ ਕਰਮ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਹਉਮੈ[੧] ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰਲ ਕੇ ਪੱਥਰਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

Ritual practices bind people in egotism[1]; meeting together, they worship stones.

੨.ਮਾਟੀ ਕੇ ਕਰਿ ਦੇਵੀ ਦੇਵਾ ਤਿਸੁ ਆਗੈ ਜੀਉ[੧] ਦੇਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ੩੩੨)

maattee kae kar dhaevee dhaevaa this aagai jeeo[1] dhaehee |
ਮਿੱਟੀ ਦੀਆਂ ਦੇਵੀਆਂ ਤੇ ਦੇਵਤੇ ਬਣਾ ਕੇ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਜੀਵਾਂ[੧] (ਬਕਰੇ ਆਦਿ) ਦੀ ਕੁਰਬਾਨੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

Making gods and goddesses out of clay, people sacrifice living[1] beings to them.

੩.ਸਰਜੀਉ[੧] ਕਾਟਹਿ ਨਿਰਜੀਉ ਪੂਜਹਿ ਅੰਤ ਕਾਲ ਕਉ ਭਾਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ੩੩੨)

sarajeeo[1] kaattehi nirajeeo poojehi anth kaal ko bhaaree |
ਲੋਕ ਜਾਨਵਰਾਂ[੧] ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਨਿਰਜੀਵ(ਮੂਰਤੀ) ਨੂੰ ਪੂਜਦੇ ਹਨ।ਅੰਤ ਵੇਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣੇ ਗੀ।

People murder living[1] beings and worship lifeless things; at their very last moment, they shall suffer in terrible pain.

੪.ਪਾਤੀ ਤੋਰੈ ਮਾਲਿਨੀ ਪਾਤੀ ਪਾਤੀ ਜੀਉ ॥
ਜਿਸੁ ਪਾਹਨ[੧] ਕਉ ਪਾਤੀ ਤੋਰੈ ਸੋ ਪਾਹਨ ਨਿਰਜੀਉ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੯)

paathee thorai maalinee paathee paathee jeeo |
jis paahan[1] ko paathee thorai so paahan nirajeeo |
ਮਾਲਣ ਪੱਤੇ ਤੋੜਦੀ ਹੈ,ਪਰ ਹਰ ਪੱਤੇ ਵਿਚ ਜਾਨ ਹੈ।ਜਿਸ ਪੱਥਰ[੧] ਦੀ ਮੂਰਤੀ ਲਈ ਉਹ ਪੱਤੇ ਤੋੜਦੀ ਹੈ ਉਹ ਪੱਥਰ ਬੇਜਾਨ ਹੈ।

Gardener's wife tears off the leaves, but in each and every leaf, there is life. That stone[1] idol, for which she tears off those leaves - that stone idol is lifeless.

੫.ਪਾਖਾਨ[੧] ਗਢਿ[੨] ਕੈ ਮੂਰਤਿ ਕੀਨ੍ਹੀ ਦੇ ਕੈ ਛਾਤੀ ਪਾਉ ॥
ਜੇ ਏਹ ਮੂਰਤਿ ਸਾਚੀ ਹੈ ਤਉ ਗੜ੍ਹਣਹਾਰੇ ਖਾਉ ॥ (ਪੰਨਾ੪੭੯)

paakhaan[1] gadt[2] kai moorath keenaee dhae kai shaathee paao |
jae eaeh moorath saachee hai tho garraanehaarae khaao |
ਘੜਨ ਵਾਲੇ[੨] ਨੇ ਪੱਥਰ[੧] ਤੇ ਪੈਰ ਰਖ ਕੇ ਮੂਰਤੀ ਘੜੀ ਹੈ।ਜੇ ਇਹ ਮੂਰਤੀ ਸੱਚੀ ਹੈ ਤਾਂ ਘੜਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਖਾ ਜਾਂਦੀ।

The sculptor[2]carves the stone[1] and fashions it into an idol, placing his feet upon its chest. If this stone god was true, it would devour the sculptor for this.

੬.ਏਕੈ ਪਾਥਰ ਕੀਜੈ ਭਾਉ[੧] ॥ਦੂਜੈ ਪਾਥਰ ਧਰੀਐ ਪਾਉ ॥(ਪੰਨਾ੫੨੫)

eaekai paathar keejai bhaao[1] |dhoojai paathar dhareeai paao |
ਇੱਕ ਪੱਥਰ ਨੂੰ(ਦੇਵਤਾ ਸਮਝ ਕੇ) ਪਿਆਰ[੧] ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੇ ਪੱਥਰ ਤੇ ਪੈਰ ਧਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

One stone is lovingly[1] decorated, while another stone is walked upon.

੭.ਪਾਥਰੁ ਲੇ ਪੂਜਹਿ ਮੁਗਧ[੧] ਗਵਾਰ ॥ ਓਹਿ ਜਾ ਆਪਿ ਡੁਬੇ ਤੁਮ ਕਹਾ ਤਰਣਹਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੫੫੬)

paathar lae poojehi mugadh[1]1 gavaar | ouhi jaa aap ddubae thum kehaa tharanehaar |
ਬੇਸਮਝ[੧] ਤੇ ਮੂਰਖ ਲੋਕ ਪੱਥਰਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਪੱਥਰ ਆਪ ਡੁੱਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਸਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ (ਸੰਸਾਰ ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ) ਪਾਰ ਲੰਘਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

The ignorant[1] fools pick up stones and worship them. But when those stones themselves sink, how will carry you across?

੮.ਘਰ ਮਹਿ ਠਾਕੁਰੁ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵੈ ॥ਗਲ ਮਹਿ ਪਾਹਣੁ[੧] ਲੈ ਲਟਕਾਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੭੩੯)

ghar mehi thaakur nadhar n aavai |gal mehi paahan[1] lai lattakaavai |
ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦਾ, ਫਿਰ ਵੀ ਪੱਥਰ[੧] ਦੀ ਮੂਰਤੀ ਗਲ ਵਿਚ ਲਟਕਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

Within the home of his own self, he does not even come to see his Lord and Master. And yet, around his neck, he hangs a stone[1] god.

੯.ਜੋ ਪਾਥਰ ਕਉ ਕਹਤੇ ਦੇਵ ॥ਤਾ ਕੀ ਬਿਰਥਾ[੧] ਹੋਵੈ ਸੇਵ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੬੦)

jo paathar ko kehathae dhaev | thaa kee birathaa[1] hovai saev |
ਜੋ ਲੋਕ ਪੱਥਰ ਦੀ ਮੂਰਤੀ ਨੂੰ ਰੱਬ ਆਖਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੀਤੀ ਸੇਵਾ ਨਿਸਫਲ[੧] ਹੈ।

Those who call a stone their god their service is useless[1].

੧੦.ਨ ਪਾਥਰੁ ਬੋਲੈ ਨਾ ਕਿਛੁ ਦੇਇ ॥ਫੋਕਟ[੧] ਕਰਮ ਨਿਹਫਲ ਹੈ ਸੇਵ ॥ (ਪੰਨਾ੧੧੬੦)

n paathar bolai naa kish dhaee |fokatt[1] karam nihafal hai saev |
ਇਹ ਪੱਥਰ ਦੀ ਮੂਰਤੀ ਨਾ ਕੁੱਝ ਬੋਲਦੀ ਹੈ,ਨਾ ਕੁੱਝ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।ਇਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਤੇ ਪੂਜਾ ਵਿਅਰਥ ਤੇ ਫਜ਼ੂਲ[੧] ਹੈ।

The stone does not speak; it does not give anything to anyone. Such religious rituals are useless; such service is fruitless[1].

੧੧.ਭੁਖਿਆ ਦੇਇ ਨ ਮਰਦਿਆ ਰਖੈ ॥ਅੰਧਾ ਝਗੜਾ ਅੰਧੀ ਸਥੈ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੨੪੧)

bhukhiaa dhaee n maradhiaa rakhai | andhaa jhagarraa andhee sathai[1] |
ਮੂਰਤੀ ਭੁੱਖੇ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਦੇ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮਰਨੋਂ ਬਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।(ਮੂਰਤੀ ਪੂਜਾ) ਅਗਿਆਨੀਆਂ ਦੀ ਸਭਾ[੧] ਵਿਚ ਇੱਕ ਅਨ੍ਹਾ ਬਖੇੜਾ ਹੈ।

The idol does not feed the hungry, or save the dying. The blind assembly[1] argues in blindness.

੧੨.ਕਬੀਰ ਠਾਕੁਰੁ ਪੂਜਹਿ ਮੋਲਿ ਲੇ ਮਨਹਠਿ[੧] ਤੀਰਥ ਜਾਹਿ ॥
ਦੇਖਾ ਦੇਖੀ ਸ੍ਵਾਂਗੁ ਧਰਿ ਭੂਲੇ ਭਟਕਾ ਖਾਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੧)

kabeer thaakur poojehi mol lae manehath[1] theerath jaahi |
dhaekhaa dhaekhee savaag dhar bhoolae bhattakaa khaahi |
ਹੇ ਕਬੀਰ! ਲੋਕ ਠਾਕੁਰ (ਦੀ ਮੂਰਤੀ) ਮੁੱਲ ਲੈ ਕੇ (ਉਸ ਦੀ) ਪੂਜਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਮਨ ਦੇ ਹਠ[੧] ਨਾਲ ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ (ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ) ਵੇਖ ਕੇ ਸਾਂਗ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।ਸਹੀ ਰਾਹ ਤੋਂ ਖੁੰਝੇ ਹੋਏ ਇਹ ਲੋਕ ਭਟਕਦੇ ਹਨ।

Kabeer, some buy idols and worship them; in their stubborn-mindedness[1], they make pilgrimages to sacred shrines. They look at one another, and wear religious robes, but they are deluded and lost.

੧੩,ਕਬੀਰ ਪਾਹਨੁ ਪਰਮੇਸੁਰੁ ਕੀਆ ਪੂਜੈ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥
ਇਸ ਭਰਵਾਸੇ ਜੋ ਰਹੇ ਬੂਡੇ ਕਾਲੀ ਧਾਰ [੧]॥ (ਪੰਨਾ੧੩੭੧)

kabeer paahan paramaesur keeaa poojai sabh sansaar |
eis bharavaasae jo rehae booddae kaalee dhaar[1] |
ਹੇ ਕਬੀਰ! (ਪੰਡਿਤਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਇਹ) ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਪੱਥਰ (ਦੀ ਮੂਰਤੀ) ਨੂੰ ਪਰਮੇਸਰ ਮਿਥ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ।ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਖ਼ਿਆਲ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਪੱਥਰ ਨੂੰ ਪੂਜ ਕੇ ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਭਗਤੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਉਹ ਡੂੰਘੇ ਪਾਣੀਆਂ[੧] ਵਿਚ ਡੁੱਬੇ ਸਮਝੋ ।

Kabeer, someone sets up a stone idol and all the world worships it as the Lord. Those who hold to this belief will be drowned in the river[1] of darkness.

### ੧੪.ਦੇਵੀ ਦੇਵਾ ਪੂਜੀਐ ਭਾਈ ਕਿਆ ਮਾਗਉ ਕਿਆ ਦੇਹਿ ॥
### ਪਾਹਣੁ ਨੀਰਿ ਪਖਾਲੀਐ[੧] ਭਾਈ ਜਲ ਮਹਿ ਬੂਡਹਿ ਤੇਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੬੩੭)

dhaevee dhaevaa poojeeai bhaaee kiaa maago kiaa dhaehi |
paahan neer pakhaaleeai[1] bhaaee jal mehi booddehi thaehi |
ਹੇ ਭਾਈ !ਕਈ ਪੱਥਰ ਦੀ ਮੂਰਤੀਆਂ ਪੂਜਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ(ਮੂਰਤੀਆਂ) ਪਾਸੋਂ ਕੀ ਮੰਗਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਕੀ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?ਪੱਥਰ ਦੀ ਮੂਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਇਸ਼ਨਾਨ[੧] ਕਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਉਹ ਆਪ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਡੁੱਬ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

People worship gods and goddesses, O Siblings of Destiny. What can we ask of them? What can they give us? The stone gods are washed[1] with water, O Siblings of Destiny, but they just sink in the water.

### ੧੫.ਜਿਸੁ ਪਾਹਣ ਕਉ ਠਾਕੁਰੁ ਕਹਤਾ ॥ਓਹੁ ਪਾਹਣੁ ਲੈ ਉਸ ਕਉ ਡੁਬਤਾ ॥(ਪੰਨਾ੭੩੯)

jis paahan ko thaakur kehathaa |ouhu paahan lai ous ko ddubathaa |
ਮਨੁੱਖ ਜਿਸ ਪੱਥਰ ਨੂੰ ਦੇਵਤਾ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਪਥਰ ਉਸ ਪੁਜਾਰੀ ਨੂੰ ਲੇ ਕੇ ਡੁੱਬ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

That stone, which he calls his god, that stone pulls him down and drowns him.

### ੧੬.ਨਾਵਹਿ ਧੋਵਹਿ ਪੂਜਹਿ ਸੈਲਾ[੧]॥ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਰਾਤੇ[੨] ਮੈਲੋ ਮੈਲਾ ॥(ਪੰਨਾ੯੦੪)

naavehi dhovehi poojehi sailaa[1] |bin har raathae[2] mailo mailaa |
ਤੂੰ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈਂ , ਸਰਰਿ ਨੂੰ ਮਲ ਮਲ ਕੇ ਧੋਂਦਾ ਹੈਂ ਤੇ ਪੱਥਰ[੧] ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦਾ ਹੈਂ, ਪਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਣ[੨] ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਤੂੰ ਪਰਮ ਪਲੀਤ ਹੈਂ।

You bathe, wash, and worship stones[1], but without being imbued[2]with the Lord, you are the filthiest of the filthy.

### ੧੭.ਕਰਿ ਪੰਜੀਰੁ ਖਵਾਇਓ ਚੋਰ ॥ਓਹੁ ਜਨਮਿ ਨ ਮਰੈ ਰੇ ਸਾਕਤ[੧] ਢੋਰ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੩੬)

kar panjeer khavaaeiou chor |ouhu janam n marai rae saakath[1] dtor |
ਤੂੰ ਪੰਜੀਰੀ ਬਣਾ ਕੇ (ਮੂਰਤੀ ਨੂੰ) ਚੋਰੀ ਖਾਣ ਨੂੰ ਦਿੰਦਾ ਹੈਂ। ਹੇ ਮੂਰਖ ਤੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪੁਜਾਰੀ[੧] !ਪ੍ਰਭੂ ਨਾ ਜੰਮਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮਰਦਾ ਹੈ।

You prepare sweet treats and secretly feed them to your stone god. God is not born, and He does not die, you foolish, faithless cynic[1]!

### ੧੮.ਨਿਰਜੀਉ ਪੂਜਹਿ ਮੜਾ ਸਰੇਵਹਿ[੧] ਸਭ ਬਿਰਥੀ ਘਾਲ ਗਵਾਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੬੪)

nirajeeo poojehi marraa saraevehi[1] sabh birathee ghaal gavaavai |
ਲੋਕ ਬੇਜਾਨ ਮੂਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਜਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਮਾਧਾਂ ਤੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਦੇ[੧]ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਮਿਹਨਤ ਵਿਅਰਥ ਗਵਾਂਦੇ ਹਨ।

They worship lifeless stones and serve[1] the tombs of the dead; all their efforts are useless.

### ੧੯.ਪਾਹਨ ਬੋਰੀ ਪਿਰਥਮੀ[੨] ਪੰਡਿਤ ਪਾੜੀ ਬਾਟ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੧)

paahan boree pirathamee[2] panddith paarree baatt[1] |
ਪੱਥਰ ਦੀਆਂ ਮੂਰਤੀਆਂ ਨੇ ਧਰਤੀ[੨] ਦੇ ਬੰਦਿਆਂ ਨੂੰ (ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ) ਡੋਬ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੰਡਿਤ ਲੋਕ ਰਾਹ[੧] ਵਿਚ ਡਾਕੇ[੧]ਮਾਰ ਰਹੇ ਹਨ ।

The stone idols have drowned the world[2], and the Pandits, the religious scholars, have plundered it on the way[1].

# JEALOUSY---ਈਰਖਾ

੧.ਜਿਸੁ ਅੰਦਰਿ ਤਾਤਿ[੧] ਪਰਾਈ ਹੋਵੈ ਤਿਸ ਦਾ ਕਦੇ ਨ ਹੋਵੀ ਭਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ੩੦੮)
jis andhar thaath[1] paraaee hovai this dhaa kadhae n hovee bhalaa |
ਜੋ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਈਰਖਾ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਕਦੇ ਵੀ ਭਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
One whose heart is filled with jealousy[1] of others, never comes to any good.

੨.ਅਹਿਰਖ[੧] ਵਾਦੁ ਨ ਕੀਜੈ ਰੇ ਮਨ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੯)    ahirakh[1] vaadh n keejai rae man |
ਹੇ ਮਨ !ਈਰਖਾ[੧] ਤੇ ਝਗੜਾ ਨਾ ਕਰ।    Do not indulge in envy[1] and bickering, O my mind.

੩.ਸੁਆਦ ਬਾਦ ਈਰਖ ਮਦ[੧] ਮਾਇਆ ॥ ਇਨ ਸੰਗਿ ਲਾਗਿ ਰਤਨ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੭੪੧)
suaadh baadh eerakh madh[1] maaeiaa | ein sang laag rathan janam gavaaeiaa |
ਜੀਵ ਖੁਸ਼ੀਆਂ,ਝਗੜੇ,ਸਾੜਾ ਤੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਹੰਕਾਰ[੧] ਵਿਚ ਲਗ ਕੇ ਕੀਮਤੀ ਮਨੁੱਖੀ ਜਨਮ ਗਵਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
Tastes and pleasures, conflicts , jealousy, and intoxication[1] with Maya - attached to these, the jewel of human life is wasted.

੪.ਛਾਡਿ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾਤਿ ਮੂੜੇ ॥(ਪੰਨਾ੮੮੯)    shaadd viddaanee thaath moorrae |
ਹੇ ਮੂਰਖ! ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਈਰਖਾ ਕਰਨੀ ਛੱਡ ਦੇ ।    Give up your envy of others, you fool!

੫.ਅਹਿਨਿਸਿ[੧] ਨਿੰਦਾ ਤਾਤਿ ਪਰਾਈ ਹਿਰਦੈ ਨਾਮੁ ਨ ਸਰਬ ਦਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੯੦੬)
ahinis[1] nindhaa thaath paraaee hiradhai naam n sarab dhaeiaa |
ਦਿਨ ਰਾਤ[੧] ਤੂੰ ਪਰਾਈ ਨਿੰਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈਂ ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਈਰਖਾ ਕਰਦਾ ਹੈਂ।ਤੇਰੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਨਾ ਹੀ ਨਾਮ ਹੈ ਨਾ ਹੀ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਦਇਆ।
Day and night[1], you jealously slander others; in your heart, you have neither the Naam, nor compassion for all.

੬.ਛੋਡਿਹੁ ਨਿੰਦਾ ਤਾਤਿ ਪਰਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੨੬)    shoddihu nindhaa thaath paraaee |
ਤੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਬਦਖੋਈ ਤੇ ਈਰਖਾ ਤਿਆਗ ਦੇ।    Abandon slander and envy of others.

੭.ਅਤਿ ਡਾਹਪਣਿ[੧] ਦੁਖੁ ਘਣੋ ਤੀਨੇ ਥਾਵ ਭਰੀਡੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੯੧)
ath ddaahapan[1] dhukh ghano theenae thaav bhareedd |
ਈਰਖਾ[੧] ਬਹੁਤ ਦੁਖ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਤਿੰਨੇ ਥਾਵਾਂ(ਖਿਆਲ, ਬਚਨ ਤੇ ਕਰਮ) ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
Jealousy[1] brings terrible pain, and our all the three places(thought, word and deed)are accursed.

੮.ਏਕਸੁ ਸਿਉ ਜਾ ਕਾ ਮਨੁ ਰਾਤਾ[੧] ॥ਵਿਸਰੀ ਤਿਸੈ ਪਰਾਈ ਤਾਤਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੮੯)
eaekas sio jaa kaa man raathaa[1] | visaree thisai paraaee thaathaa |
ਜਿਸ ਦਾ ਮਨ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਹੀ ਰੰਗਿਆ[੧] ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਈਰਖਾ ਕਰਨੀ ਭੁਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
He whose mind is imbued[1]with the One Lord, forgets to feel jealous of others.

੯.ਡਾਹਪਣਿ ਤਨਿ ਸੁਖੁ ਨਹੀ ਬਿਨੁ ਡਰ ਬਿਣਠੀ[੧] ਡਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ੯੩੩)
ddaahapan than sukh nehee bin ddar binathee[1] ddaar |
ਈਰਖਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੁਖ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਡਰ ਬਗੈਰ ਬੇਅੰਤ ਜੀਵ ਨਾਸ[੧] ਹੋਗਏ ਹਨ।
In jealousy, the body is not at peace; without the Fear of God, multitudes are ruined[1].

# LUST----ਕਾਮ

੧.ਕਾਮਿ ਵਿਆਪੇ ਕੁਸੁਧ[1] ਨਰ ਸੇ ਜੋਰਾ ਪੁਛਿ ਚਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ੩੦੪)

kaam viaapae kusudh[1] nar sae joraa push chalaa |
ਗੰਦੇ ਆਚਰਨ ਵਾਲੇ[1] ਮਨੁੱਖ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਮਾਰੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

Those impure[1]men are engrossed in sexual desire; they consult their women and walk accordingly.

੨.ਕਾਮ ਚੋਲਨਾ ਭਇਆ ਹੈ ਪੁਰਾਨਾ ਗਇਆ ਭਰਮੁ ਸਭੁ ਛੂਟੀ ॥ (ਪੰਨਾ ੪੮੩)

kaam cholanaa bhaeiaa hai puraanaa gaeiaa bharam sabh shoottee |
ਮੇਰਾ ਕਾਮ ਦਾ ਚੋਲਾ ਪੁਰਾਣਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ(ਕਾਮ ਵਾਸ਼ਨਾ ਘੱਟ ਗਈ ਹੈ) ਤੇ ਸਾਰੇ ਭਰਮ ਦੂਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

The gown of sensuous pleasures is worn out, and all my doubts have been dispelled.

੩.ਬਹੁ ਸਾਦਹੁ ਦੂਖੁ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਵੈ ॥ ਭੋਗਹੁ ਰੋਗ ਸੁ ਅੰਤਿ ਵਿਗੋਵੈ[1] ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੩੪)

bahu saadhahu dhookh paraapath hovai | bhogahu rog s anth vigovai [1]|
ਬਹੁਤੇ ਸੁਆਦਾਂ ਤੋਂ ਦੁਖ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕਾਮ-ਚੇਸ਼ਟਾ ਤੋਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੀਵ ਅੰਤ ਵਿਚ ਬਰਬਾਦ[1] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

Excessive indulgences, brings only pain; from enjoyments, one contracts diseases, and in the end, wastes away.[1]

੪.ਕਾਮ ਰੋਗਿ ਮੈਗਲੁ[1] ਬਸਿ ਲੀਨਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੪੦) kaam rog maigal[1] bas leenaa |
ਕਾਮ-ਵਾਸ਼ਨਾ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੇ ਹਾਥੀ[1] ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਸ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।

The disease of sexual desire overwhelms the elephant[1].

੫.ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਿ ਕੀਏ ਰਸ ਭੋਗ ॥ ਤਾਂ ਤਨਿ ਉਠਿ ਖਲੋਏ ਰੋਗ ॥ (ਪੰਨਾ੧੨੫੬)

khasam visaar keeeae ras bhog | thaa than outh khaloeae rog |
ਜਦੋਂ ਪਰਾਣੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਕੇ ਕਾਮ-ਵਾਸ਼ਨਾ ਦੇ ਸੁਆਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂਹਨ।

Forgetting his Lord and Master, the mortal enjoys sensual pleasures;then, disease rises up in his body.

੬.ਕਾਮਣਿ[1] ਦੇਖਿ ਕਾਮਿ ਲੋਭਾਇਆ ॥ਸੁਤ ਕੰਚਨ[2] ਸਿਉ ਹੇਤੁ ਵਧਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੪੨)

kaaman[1] dhaekh kaam lobhaaeiaa | suth kanchan[2] sio haeth vadhaaeiaa |
ਮਨੁੱਖ ਸੁੰਦਰ ਇਸਤ੍ਰੀ[1] ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਕਾਮ-ਵਾਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੁੱਤਰ ਤੇ ਸੋਨੇ[2] ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਵਧਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

Seeing a beautiful woman[1], the man is overcome with sexual desire. His love for his children and gold[2] steadily increases.

੭,ਹੇ ਕਾਮੰ ਨਰਕ ਬਿਸ੍ਰਾਮੰ[1] ਬਹੁ ਜੋਨੀ ਭ੍ਰਮਾਵਣਹ ॥
ਚਿਤ ਹਰਣੰ[2]ਤ੍ਰੈ ਲੋਕ ਗੰਮ੍ਯੰ ਜਪ ਤਪ ਸੀਲ ਬਿਦਾਰਣਹ[3] ॥
ਅਲਪ[4] ਸੁਖ ਅਵਿਤ ਚੰਚਲ ਊਚ ਨੀਚ ਸਮਾਵਣਹ ॥
ਤਵ ਭੈ ਬਿਮੁੰਚਿਤ[5] ਸਾਧ ਸੰਗਮ ਓਟ ਨਾਨਕ ਨਾਰਾਇਣਹ ॥ (ਪੰਨਾ੧੩੫੮)

hae kaaman narak bisraaman[1] bahu jonee bhramaavaneh |
chith haranan[2] thrai lok ganmaan jap thap seel bidhaaraneh[3] |
alap[4] sukh avith chanchal ooch neech samaavaneh |
hav bhai bimunchith[5] saadh sangam outt naanak naaraaeineh |

ਹੇ ਕਾਮ !ਤੂੰ ਜੀਵ ਨੂੰ ਨਰਕ ਵਿਚ ਭੇਜਣ ਵਾਲਾ[੧] ਤੇ ਕਈ ਜੂਨੀਆਂ ਅੰਦਰ ਭਟਕਾਣ ਵਾਲਾ ਹੈਂ।
ਤੂੰ ਜੀਵ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਚੁਰਾ[੨]ਲੈਂਦਾ ਹੈਂ , ਤਿੰਨਾਂ ਜਹਾਨਾਂ ਅੰਦਰ ਵਿਆਪਕ ਹੈਂ ਅਤੇ ਸਿਮਰਨ, ਨੇਕੀ ਤੇ ਤਪੱਸਿਆ ਨੂੰ ਨਾਸ ਕਰ[੩] ਦਿੰਦਾ ਹੈਂ।
ਤੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਥੋੜੀ[੪] ਦਿੰਦਾ ਹੈਂ, ਪਰ ਜੀਵ ਨੂੰ ਸ਼ੁਧ ਆਚਰਰਣ ਦੇ ਧਨ ਤੋਂ ਗਰੀਬ(ਖਾਲੀ) ਤੇ ਬੇਆਰਾਮ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈਂ।ਤੂੰ ਉੱਚੇ ਤੇ ਨੀਵੇਂ(ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ) ਅੰਦਰ ਰਮਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈਂ।
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੇ ਸਰਬ ਵਿਆਪਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲੈਣ ਨਾਲ ਤੇਰਾ ਡਰ ਦੂਰ[੫] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
O sexual desire, you lead[1] the mortals to hell; you make them wander in reincarnation through countless species.
You cheat[2]the consciousness, and pervade the three worlds. You destroy[3] meditation, penance and virtue.
You give only shallow[4] pleasure, while you make the mortals weak and unsteady; you pervade the high and the low.
Your fear is dispelled[5] in the Company of the Holy, O Nanak, and through the Protection and Support of the Lord. |

# MAMMON---ਮਾਇਆ

੧.ਮਾਇਆਧਾਰੀ ਅਤਿ ਅੰਨਾ ਬੋਲਾ ॥ਸਬਦੁ ਨ ਸੁਣਈ ਬਹੁ ਰੋਲ ਘਚੋਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ੩੧੩)

maaeiaadhaaree ath annaa bolaa |sabadh n sunee bahu rol ghacholaa |
ਮਾਇਆਧਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਮਹਾਂ ਓੱਨ੍ਹਾ ਤੇ ਬੋਲਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦਾ ਤੇ ਬੜਾ ਸ਼ੋਰ ਸ਼ਰਾਬਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

One who is attached to Maya is totally blind and deaf. He does not listen to the Word of the Shabad; he makes a great uproar .

੨.ਨਾਨਕ ਧਾਤੁ [1] ਲਿਵੈ[2]ਜੋੜੁ ਨ ਆਵਈ ਜੇ ਲੋਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੩੧੬)

naanak dhaath[1] livai[2] jorr n aavee jae lochai sabh koe |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਮਾਇਆ[1] ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ[2] ਦਾ ਮੇਲ ਨਹੀਂ, ਭਾਵੇਂ ਹਰ ਕੋਈ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।

O Nanak, there can be no union between the love of worldliness[1] and the love [2]of the Lord, even if all may desire it.

੩.ਮਾਇਆ ਕਉ ਲੂਝਹਿ[1] ਗਾਵਾਰੀ ॥(ਪੰਨਾ੩੯੬) maaeiaa ko loojhehi[1] gaavaaree |
ਮੂਰਖ ਮਾਇਆ ਵਾਸਤੇ ਲੜਦੇ[1] ਹਨ। Only fools argue[1] over Maya.

੪.ਜਿਨਿ ਲਾਈ ਪ੍ਰੀਤਿ ਸੋਈ ਫਿਰਿ ਖਾਇਆ ॥
ਜਿਨਿ ਸੁਖਿ ਬੈਠਾਲੀ ਤਿਸੁ ਭਉ[1] ਬਹੁਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੩੭੦)

jin laaee preeth soee fir khaaeiaa |
jin sukh baithaalee this bho[1] bahuth dhikhaaeiaa |
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਮਾਇਆ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਜਤਾਇਆ ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ (ਮਾਇਆ) ਖਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਦਰ ਨਾਲ ਬਿਠਾਇਆ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਨੇ ਬਹੁਤ ਡਰਾਇਆ[1] ਹੈ।

One who loves her, is ultimately devoured by her. One who seats her in comfort; him she greatly terrifies[1].

੫.ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਸਭੋ ਜਗੁ ਬਾਧਾ ॥(ਪੰਨਾ੩੯੪) maaeiaa mohi sabho jag baadhaa |
ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਪਿਆ ਹੈ। Attached to Maya, the whole world is in bondage.

੬.ਪਾਪਾ ਬਾਝਹੁ ਹੋਵੈ ਨਾਹੀ ਮੁਇਆ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ੪੧੭)

paapaa baajhahu hovai naahee mueiaa saath n jaaee |
ਪਾਪ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ( ਦੌਲਤ)ਇਕੱਠੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤੇ ਮਰਨ ਵੇਲੇ (ਮਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ) ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ।

It is not gathered without sin, and it does not go along with the dead.

੭.ਜੋ ਮੋਹਿ ਮਾਇਆ ਚਿਤੁ ਲਾਇਦੇ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਸੇ ਅੰਤਿ ਗਏ ਪਛੁਤਾਣੇ ਰਾਮ ॥(ਪੰਨਾ੫੪੦)

jo mohi maaeiaa chith laaeidhae maeree jindhurreeeae sae anth geae pashuthaanae raam |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ !ਜਿਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਮਾਇਆ ਤੇ ਸੰਸਾਰੀ ਮਮਤਾ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਅਖੀਰ ਤੇ ਹੱਥ ਮਲਦੇ ਰੋਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Those who attach their consciousness to emotional attachment and Maya, O my soul, depart regretfully in the end.

੮.ਇਨਿ ਮਾਇਆ ਜਗੁ ਮੋਹਿਆ ਵਿਰਲਾ ਬੂਝੈ ਕੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ੫੪੦)

ein maaeiaa jag mohiaa viralaa boojhai koe |

ਇਸ ਮਾਇਆ ਨੇ ਸਾਰੇ ਜਗਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਸ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ।(ਫਿਰ ਵੀ) ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਮਨੁੱਖ ਸਮਝਦਾ ਹੈ (ਕਿ ਇਹ ਸਦਾ ਨਾਲ ਨਿਭਣ ਵਾਲਾ ਧਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।)

This Maya has bewitched the world, but only a rare few understand this.

੯.ਮਾਇਆ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਵਿਣੁ ਦੰਤਾ[1] ਜਗੁ ਖਾਇਆ ॥(ਪੰਨਾ੬੪੩)

maaeiaa mamathaa mohanee jin vin dhanthaa[1] jag khaaeiaa |
ਮਾਇਆ ਦੀ ਅਪਣੱਤ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋਹਣ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਇਸ ਨੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਦੰਦਾਂ[1] ਤੋਂ ਹੀ ਖਾ ਲਿਆ ਹੈ।

The love of Maya is enticing; without teeth[1], it has eaten up the world.

੧੦.ਦਾਤਿ ਪਿਆਰੀ ਵਿਸਰਿਆ ਦਾਤਾਰਾ[1] ॥(ਪੰਨਾ੬੭੬) dhaath piaaree visariaa dhaathaaraa[1] |
(ਮਾਇਆਧਾਰੀ )ਜੀਵ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[1] ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਬਖਸ਼ੀ ਦੌਲਤ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

He loves gifts, but he forgets the Giver[1].

੧੧.ਦੀਨੁ ਛਡਾਇ ਦੁਨੀ ਜੋ ਲਾਏ ॥ਦੁਹੀ ਸਰਾਈ ਖੁਨਾਮੀ[1] ਕਹਾਏ ॥(ਪੰਨਾ੭੪੩)

dheen shaddaae dhunee jo laaeae | dhuhee saraaee khunaamee[1] kehaaeae |
ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਵਲੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਮਾਇਆ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ ਉਹ ਦੋਹਾਂ ਜਹਾਨਾਂ ਵਿਚ ਪਾਪੀ[1] ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

One who withdraws from God's Path, and attaches himself to the world, is known as a sinner[1] in both worlds.

੧੨.ਮਾਇਆ ਮਾਇਆ ਕਰਿ ਮੁਏ ਮਾਇਆ ਕਿਸੈ ਨ ਸਾਥਿ ॥(ਪੰਨਾ੯੩੫)

maaeiaa maaeiaa kar mueae maaeiaa kisai n saath |
ਕਈ ਜੀਵ ਮਾਇਆ ਲਈ ਤਰਲੇ ਲੈਂਦੇ ਮਰ ਗਏ,ਪਰ ਇਹ (ਦੌਲਤ) ਕਿਸੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਗਈ।

Crying out for the wealth , they die; but Maya does not go along with them.

੧੩.ਮਨਮੁਖਾ ਕੇਰੀ ਦੋਸਤੀ ਮਾਇਆ ਕਾ ਸਨਬੰਧੁ ॥(ਪੰਨਾ੯੫੯)

manamukhaa kaeree dhosathee maaeiaa kaa sanabandh |
ਮਨਮੁਖਾਂ ਦੀ ਦੋਸਤੀ ਸੰਸਾਰੀ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਖਾਤਰ ਗੰਢ ਜੋੜ ਹੈ।

Friendship with the self-willed *manmukhs* is an alliance with Maya.

੧੪.ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਬਹੁਤੁ ਤਿਸੈ ਗ੍ਰਿਹਿ ਚਿੰਤਾ ॥
ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਥੋਰੀ ਸੁ ਫਿਰੈ ਭ੍ਰਮੰਤਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੧੯)

jis grihi bahuth thisai grihi chinthaa |
jis grihi thoree s firai bhramanthaa |
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਘਰ ਬਹੁਤ ਮਾਇਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਚਿੰਤਾ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।ਜਿਸ ਦੇ ਪਾਸ ਥੋੜੀ ਹੈ ਉਹ (ਮਾਇਆ ਵਾਸਤੇ)ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

The household which is filled with abundance - that household suffers anxiety. One whose household has little, wanders around searching for more.

੧੫.ਮਾਇਆ ਮਮਤਾ ਛੋਡੀ ਨ ਜਾਈ ॥ ਸੇ ਛੂਟੇ ਸਚੁ ਕਾਰ ਕਮਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੨੪)

maaeiaa mamathaa shoddee n jaaee | sae shoottae sach kaar kamaaee |
ਮਨੁਖ ਦੌਲਤ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।ਕੇਵਲ ਉਹ ਹੀ ਖਲਾਸੀ ਪਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਨੇਕ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

Love and attachment to Maya cannot be abandoned. They who practice deeds of Truth are released.

੧੬.ਮਾਇਆ ਮਨਹੁ ਨ ਵੀਸਰੈ ਮਾਂਗੈ ਦੰਮਾ ਦੰਮ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੯੩)

maaeiaa manahu n veesarai maagai dhanmaa dhanm |

ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਮਨੋਂ ਧਨ ਦੌਲਤ ਨਹੀਂ ਭੁਲਦਾ ਅਤੇ ਸੁਆਸ ਸੁਆਸ (ਮਾਇਆ ਹੀ) ਮੰਗਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

One does not forget Maya from one's mind and begs for it with each and every breath.

# MEDICINE---ਔਖਧ

੧.ਨਾਮ ਅਉਖਧੁ[੧] ਜਿਹ ਰਿਦੈ ਹਿਤਾਵੈ [੨]॥ਤਾਹਿ ਰੋਗੁ ਸੁਪਨੈ ਨਹੀ ਆਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੨੫੯)

naam aoukhadh[1] jih ridhai hithaavai [2]| thaahi rog supanai nehee aavai |

ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਦਵਾਈ[੧] ਨਾਲ ਪਿਆਰ[੨]ਕਰਦਾ ਹੈ, ਬਿਮਾਰੀ ਉਸ ਦੇ ਸੁਪਨੇ ਵਿਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।

One whose heart is filled[2]with the medicine[1] of the Naam, is not infested with disease, even in his dreams.

੨.ਸਰਬ ਰੋਗ ਕਾ ਅਉਖਦੁ ਨਾਮੁ ॥(ਪੰਨਾ੨੭੪) sarab rog kaa aoukhadh naam |

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਾਰੇ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਦਵਾਈ ਹੈ। The Naam is the panacea, the remedy to cure all ills.

੩.ਸਾਧਸੰਗਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਸੁ ਕਹਤ ॥ਸਰਬ ਰੋਗ ਤੇ ਓਹੁ ਹਰਿ ਜਨੁ ਰਹਤ ॥(ਪੰਨਾ੨੮੧)

saadhasang har har jas kehath | sarab rog thae ouhu har jan rehath |

ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਸਤਸੰਗ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

In the Company of the Holy, one chants the Praises of the Lord, such a devotee of the Lord is free of all disease.

੪.ਏਕ ਆਸ ਰਾਖਹੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥ਸਰਬ ਰੋਗ ਨਾਨਕ ਮਿਟਿ ਜਾਹਿ ॥(ਪੰਨਾ੨੮੮)

eaek aas raakhahu man maahi | sarab rog naanak mitt jaahi |

ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਆਸ ਰਖ।ਹੇ ਨਾਨਕ! ਤੇਰੀ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣ ਗੀਆਂ।

Keep faith in the One Lord within your mind. All diseases, O Nanak, shall be dispelled.

੫.ਮੇਰਾ ਬੈਦੁ ਗੁਰੂ ਗੋਵਿੰਦਾ ॥ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਅਉਖਧੁ ਮੁਖਿ ਦੇਵੈ ਕਾਟੈ ਜਮ ਕੀ ਫੰਧਾ ॥(ਪੰਨਾ੬੧੮)

maeraa baidh guroo govindhaa |
har har naam aoukhadh mukh dhaevai kaattai jam kee fandhaa |

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਰੂਪ,ਮੇਰਾ ਗੁਰੂ ਹੀ ਮੇਰਾ ਹਕੀਮ ਹੈ।(ਇਹ ਹਕੀਮ) ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਮੇਰੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਮੌਤ ਦੀ ਫਾਹੀ ਨੂੰ ਕਟ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

My physician is the Guru, the Lord of the Universe. He places the medicine of the Naam into my mouth, and cuts away the noose of Death.

੬.ਪਰਮੇਸਰਿ ਦਿਤਾ ਬੰਨਾ[੧] ॥ਦੁਖ ਰੋਗ ਕਾ ਡੇਰਾ ਭੰਨਾ ॥(ਪੰਨਾ ੬੨੭)

paramaesar dhithaa bannaa [1]| paramaesar dhithaa bannaa |

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਹਾਰਾ[੧] ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਦੁਖਾਂ ਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਅੱਡਾ ਚੁਕਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

The Lord has given me His support[1]. The house of pain and disease has been demolished.

੭.ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਜਲੁ ਨਿਰਮਲੁ ਇਹੁ ਅਉਖਧੁ ਜਗਿ ਸਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੬੫੯)

har kaa naam anmrith jal niramal eihu aoukhadh jag saaraa |

ਇੱਕੋ ਹੀ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਇਲਾਜ ਜਗਤ ਵਿਚ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ-ਰੂਪ ਅੰਮ੍ਰਿਤ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ-ਰੂਪ ਨਿਰਮਲ ਜਲ ।

The Name of the Lord, the ambrosial, immaculate water, is the best medicine in the world.

੮.ਅਉਖਧ ਮੰਤ੍ਰ ਮੂਲ ਮਨ ਏਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਵਾਸੁ[੧] ਪ੍ਰਭ ਧਾਰਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ੬੭੫)

aoukhadh manthr mool man eaekai man bisavaas[1] prabh dhaariaa |

ਮੂਲ ਮੰਤ੍ਰ ਹੀ ਮਨ ਲਈ ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਹੈ।ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਭਰੋਸਾ[੧] ਧਾਰ ਲਿਆ ਹੈ।

The Mul Mantra, the Root Mantra, is the only cure for the mind; I have installed faith[1] in God in my mind.

੯.ਅਵਰਿ ਉਪਾਵ[੧] ਸਭਿ ਤਿਆਗਿਆ ਦਾਰੂ ਨਾਮੁ ਲਇਆ ॥
ਤਾਪ ਪਾਪ ਸਭਿ ਮਿਟੇ ਰੋਗ ਸੀਤਲ ਮਨੁ ਭਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ੮੧੭)

avar oupaav[1] sabh thiaagiaa dhaaroo naam laeiaa |
thaap paap sabh mittae rog seethal man bhaeiaa |
ਮੈਂ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸਾਂ[੧] ਛੱਡ ਦਿੱਤੀਆ ਹਨ ਅਤੇ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲਈ ਹੈ। ਮੇਰਾ ਬੁਖਾਰ,ਪਾਪ ਤੇ ਬਿਮਾਰਿਆਂ ਨਾਸ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

I have given up all other efforts[1], and have taken the medicine of the Naam, the Name of the Lord. Fevers, sins and all diseases are eradicated, and my mind is cooled and soothed.

੧੦.ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥(ਪੰਨਾ੯੨੨)

dhookh rog santhaap outharae sunee sachee baanee |
ਸੱਚੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸੁਣਨ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਦੁਖ,ਬਿਮਾਰਿਆ ਤੇ ਕਸ਼ਟ ਦੂਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

Pain, illness and suffering have departed, listening to the True Bani.

੧੧.ਰੋਗ ਦੋਖ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਨਿਵਾਰੇ ॥ਨਾਮ ਅਉਖਧੁ ਮਨ ਭੀਤਰਿ[੧] ਸਾਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੪੮)

rog dhokh gur sabadh nivaarae | naam aoukhadh man bheethar[1] saarae |
ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਨੇ ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਰੋਗ ਤੇ ਪਾਪ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।ਨਾਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਅੰਦਰ[੧] ਪਹੁੰਚਾਈ ਹੈ।

The Word of the Guru's *Shabad* has eradicated disease and evil. I have injected into[1] my mind the cure-all, the Lord's Name.

੧੨.ਰੋਗ ਸੋਗ ਤੇਰੇ ਮਿਟਹਿ ਸਗਲ ਅਘ[੧] ਨਿਮਖ ਹੀਐ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੦੮)

rog sog thaerae mittehi sagal agh[1] nimakh heeai har naam dhiaae |
ਜੇ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਅੱਖ ਝਮਕਣ ਜਿਤਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰੇਂ ਤਾਂ ਤੇਰੀ ਸਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ,ਦੁਖ ਤੇ ਪਾਪ[੧] ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਣ ਗੇ।

All your diseases, sorrow and sins[1] will be erased, if you meditate on the Lord's Name, even for an instant.

੧੩.ਕਾਟੇ ਰੋਗ ਭਏ ਮਨ ਨਿਰਮਲ ਹਰਿ ਹਰਿ ਅਉਖਧੁ ਖਾਇਓ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੯੯)

kaattae rog bheae man niramal har har aoukhadh khaaeiou |
ਜਿਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਪਵਿਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

Those who have taken the healing medicine of the Lord's Name,they get rid of all the diseases and their minds have become pure.

੧੪.ਗੁਰ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ॥ ਦੂਖੁ ਦਰਦੁ ਸਭੁ ਤਾ ਕਾ ਨਸੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੪੦)

gur kee baanee jis man vasai | dhookh dharadh sabh thaa kaa nasai |
ਜਿਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਗੁਰਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਨਿਵਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੇ ਪੀੜਾਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

All pains and afflictions run away from one , whose mind is filled with the Word of the Guru's *Bani.*

੧੫.ਘੋਰ[੧] ਦੁਖੵੰ ਅਨਿਕ ਹਤੵੰ [੨] ਜਨਮ ਦਾਰਿਦ੍ਰੰ[੩] ਮਹਾ ਬਿਖੵਾਦੰ ॥
ਮਿਟੰਤ ਸਗਲ ਸਿਮਰੰਤ ਹਰਿ ਨਾਮ ਨਾਨਕ ਜੈਸੇ ਪਾਵਕ[੪] ਕਾਸਟ ਭਸਮੰ ਕਰੋਤਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੫੫)

ghor[1] dhukhaan anik hathaan[2] janam dhaaridhran[3] mehaa bikhaadhan |
mittanth sagal simaranth har naam naanak jaisae paavak[4] kaasatt bhasaman karoth |
ਹੇ ਨਾਨਕ !ਭਿਆਨਕ[੧] ਬਿਮਾਰੀਆ, ਕਈ ਕਤਲਾਂ[੨]ਦੇ ਪਾਪ, ਜਨਮਾਂ ਦੀ ਗਰੀਬੀ[੩] ਤੇ ਵੱਡੀਆਂ ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਐਉਂ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਅੱਗ[੪] ਲਕੜਾਂ ਦੇ ਢੇਰ ਨੂੰ ਸੁਆਹ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
Excruciating[1] pain, sins of countless killings[2], poverty[3] of many births and terrible miseries are all destroyed by meditating in remembrance on the Lord's Name, O Nanak, just as fire[4] reduces piles of wood to ashes.

## ੧੬.ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੰਤ ਗੋਬਿੰਦ ਗੋਪਾਲਹ ਸਗਲ੍ਯ੍ਯੰ ਰੋਗ ਖੰਡਣਹ[੧] ॥ (ਪੰਨਾ ੧੩੫੯)

kirapaa karanth gobindh gopaaleh sagalaan rog khanddaneh[1] |
ਜਦੋਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੀਵ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰੋਗ ਨਾਸ[੧] ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
When the Lord of the Universe grants His Grace, all illnesses are cured[1].

## ੧੭.ਅਉਖਧ ਮੰਤ੍ਰ ਤੰਤ੍ਰ ਪਰ ਦੁਖ ਹਰ ਸਰਬ ਰੋਗ ਖੰਡਣ[੧] ਗੁਣਕਾਰੀ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੮੮)

aoukhadh manthr thanthr par dhukh har sarab rog khanddan[1] gunakaaree |
ਦੁਖ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ (ਇਹ ਨਾਮ) ਅਉਖਧੀ ਰੂਪ ਹੈ, ਮੰਤ੍ਰ-ਰੂਪ ਹੈ, ਨਾਮ ਸਾਰੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਨਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲਾ[੧] ਹੈ ਤੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ।
The Medicine (of the Lord's Name) has the Magic Charm, it will cure[1]all illnesses and totally take away all pain.

# MIND-----ਮਨ

੧. -------- ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ ॥ (ਪੰਨਾ੬)

----------- man jeethai jag jeeth |

ਜੇ ਆਪਣਾ ਮਨ ਜਿੱਤਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਜਿੱਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

If you conquer your own mind, the whole world will be yours,

੨.ਕੋਟਿ ਜੋਰੇ ਲਾਖ ਕ੍ਰੋਰੇ ਮਨੁ ਨ ਹੋਰੇ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੨੧੩) kott jorae laakh krorae man n horae[1] |

ਬੰਦਾ ਲਖਾਂ ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਇਕੱਠੇ ਕਰਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਮਨ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਰੋਕ[੧] ਸਕਦਾ।

People may accumulate hundreds of thousands, millions, tens of millions, and yet the mind is not restrained[1].

੩.ਮਨ ਅਪੁਨੇ ਤੇ ਬੁਰਾ ਮਿਟਾਨਾ ॥ ਪੇਖੈ[੧] ਸਗਲ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਾਜਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ੨੬੬)

man apunae thae buraa mittaanaa | paekhai[1] sagal srisatt saajanaa |

ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਬੁਰਾਈ ਮਿਟਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਉਹ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਮਿੱਤਰ ਸਮਝਦਾ[੧] ਹੈ।

One who eradicates cruelty from within his own mind, looks[1] upon all the world as his friend.

੪.ਮਨ ਮਾਰੇ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਈ ॥(ਪੰਨਾ੩੨੯) man maarae bin bhagath n hoee |

ਮਨ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਭਗਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

Without controlling the mind, devotional worship is not performed.

੫.ਹਰਿ ਰਸੁ ਰਸਨਾ[੧] ਚਾਖੁ ਤੂੰ ਤਾਂ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਈ ॥(ਪੰਨਾ੪੯੨)

har ras rasanaa[1]chaakh thoon thaa man niramal hoee |

ਤੂੰ ਨਾਮ ਦਾ ਰਸ ਆਪਣੀ ਜੀਭ[੧] ਨਾਲ ਚੱਖ, ਤੇਰੀ ਆਤਮਾ ਪਵਿਤਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਗੀ।

With your tongue[1], taste the sublime elixir of the Lord, and your mind shall be rendered immaculately pure.

੬.ਮਨਿ ਮੈਲੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਮੈਲਾ ਤਨਿ ਧੋਤੈ ਮਨੁ ਹਛਾ ਨ ਹੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ ੫੫੮)

man mailai sabh kish mailaa than dhothai man hashaa n hoe |

ਜਦ ਤਕ ਮਨ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਨਾਲ ਗੰਦਾ ਹੈ, ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਗੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨ ਸਾਫ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

When the mind is filthy, everything is filthy; by washing the body, the mind is not cleaned.

੭.ਵਿਣੁ ਮਨੁ ਮਾਰੇ ਕੋਇ ਨ ਸਿਝਈ[੧] ਵੇਖਹੁ ਕੋ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੬੫੦)

vin man maarae koe n sijhee[1] vaekhahu ko liv laae |

ਮਨ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਫਲ[੧] ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਬੇਸ਼ਕ ਕੋਈ ਡੂੰਘਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਕੇ ਵੇਖ ਲਵੇ।

Without conquering his mind, no one can be successful[1].See this, and concentrate on it.

੮.ਤੀਰਥ ਕਰੈ ਬ੍ਰਤ ਫੁਨਿ[੧] ਰਾਖੈ ਨਹ ਮਨੂਆ ਬਸਿ ਜਾ ਕੋ ॥

ਨਿਹਫਲ ਧਰਮੁ ਤਾਹਿ ਤੁਮ ਮਾਨਹੁ ਸਾਚੁ ਕਹਤ ਮੈ ਯਾ ਕਉ ॥(ਪੰਨਾ੮੩੧)

theerath karai brath fun[1] raakhai neh manooaa bas jaa ko |

nihafal dharam thaahi thum maanahu saach kehath mai yaa ko |

ਜਿਸ ਬੰਦੇ ਦਾ ਮਨ ਆਪਣੇ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹੈ,ਉਹ ਭਾਵੇਂ ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ ਕਰੇ ਤੇ[੧] ਵਰਤ ਰਖੇ, ਉਸ ਦੇ ਧਾਰਮਕ ਕੰਮ ਵਿਅਰਥ ਸਮਝੋ। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਸੱਚੀ ਗੱਲ ਆਖ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।

He bathes at sacred shrines of pilgrimage, and[1] adheres to fasts, but he has no control over his mind. Know that such religion is useless to him. I speak the Truth for his sake.

### ੯.ਛੋਡਿ ਛੋਡਿ ਰੇ ਪਾਖੰਡੀ ਮਨ ਕਪਟੁ ਨ ਕੀਜੈ ॥(ਪੰਨਾ੯੭੩)

shodd shodd rae paakhanddee man kapatt n keejai |
ਹੇ ਕਪਟੀ ਮਨ !ਵਲ ਛਲ ਨਾ ਕਰ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰ ਦੇ।

O hypocrite mind, renounce and abandon hypocrisy; do not practice deception.

### ੧੦.ਜੋ ਜਨ ਲੂਝਹਿ ਮਨੈ ਸਿਉ ਸੇ ਸੂਰੇ[੧] ਪਰਧਾਨਾ ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੮੯)

jo jan loojhehi manai sio sae soorae[1] paradhaanaa |
ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਬਹਾਦਰ[੧] ਤੇ ਮੁਖੀਏ ਹਨ ਜੋ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨਾਲ ਲੜਦੇ ਹਨ।

Those persons who struggle with their minds are brave[1] and distinguished heroes.

### ੧੧.ਮਨੁ ਜੀਤੇ ਜਗੁ ਜੀਤਿਆ ਜਾਂ ਤੇ ਬਿਖਿਆ ਤੇ ਹੋਇ ਉਦਾਸੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੦੩)

man jeethae jag jeethiaa jaa thae bikhiaa thae hoe oudhaas |
ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿੱਤ ਲਿਆ ਉਸ ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਜਿੱਤ ਲਿਆ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਦਾ ਪਾਪਾਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Conquering the mind, one conquers the world, and then remains detached from corruption.

### ੧੨.ਸੋ ਮੁਲਾਂ ਜੋ ਮਨ ਸਿਉ ਲਰੈ ॥ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ ਕਾਲ ਸਿਉ ਜੁਰੈ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੫੯)

so mulaa jo man sio larai |gur oupadhaes kaal sio jurai[1] |
ਅਸਲ ਮੁਲਾਂ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨਾਲ ਲੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਮੌਤ ਨਾਲ ਟਾਕਰਾ[੧] ਕਰਦਾ ਹੈ।

He alone is a Mullah, who struggles[1] with his mind, and through the Guru's Teachings, fights with death.

### ੧੩.ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਮਝੁ ਅਚੇਤ[੧] ਇਆਣਿਆ ਰਾਮ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੧੨)

eae man maeriaa thoo samajh achaeth[1] eiaaniaa raam |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਬੇਸਮਝ[੧] ਮਨ !ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ। O my ignorant, unconscious[1] mind, reform yourself.

### ੧੪.ਮਨ ਪਾਪ ਕਰਤ ਤੂ ਸਦਾ ਸੰਗੁ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੮੩) man paap karath thoo sadhaa sang [1]|

ਹੇ ਮਨ !ਤੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਾਪ ਕਰਦਿਆਂ ਝਿਜਕਿਆ[੧] ਕਰ।

O mind, you must always restrain[1] yourself from committing sins.

# NAAM-----ਨਾਮ

## ੧.ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੨)

anmrith vaelaa sach naao vaddiaaee veechaar |
ਪ੍ਰਭਾਤ ਵੇਲੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰ(ਨਾਮ ਜਪ) ਅਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਉਸਤਤ ਕਰ।

In the ambrosial hours before dawn, chant the True Name, and contemplate His Glorious Greatness.

## ੨.ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥ਓਹੁ ਧੋਪੈ ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥(ਪੰਨਾ੪)

bhareeai math paapaa kai sang |ouhu dhopai naavai kai rang |
ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਪਾਪਾਂ ਨਾਲ ਮਲੀਨ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਧੋਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

But when the intellect is stained and polluted by sin, it can be cleansed by the Love of the Name.

## ੩.ਅੰਧੈ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਨਾ ਤਿਸੁ ਏਹ ਨ ਓਹੁ ॥(ਪੰਨਾ੧੫)

andhai naam visaariaa naa this eaeh n ouhu |
ਜਿਸ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਵਿਸਾਰ ਦਿੱਤਾ ਉਹ (ਆਤਮਕ ਤੌਰ ਤੇ) ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੈ । ਉਹ ਨਾ ਇਸ ਜਹਾਨ ਅੰਦਰ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਅਗਲੇ ਜਹਾਨ ਅੰਦਰ ਸੁਖੀ ਵਸਦਾ ਹੈ।

The blind man has forgotten the Name; he is in limbo, neither here nor there.

## ੪.ਜਿਥੈ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਪ੍ਰਭ ਪਿਆਰੇ ॥ਸੇ ਅਸਥਲ[੧] ਸੋਇਨ ਚਉਬਾਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੫)

jithai naam japeeai prabh piaarae | sae asathal[1] soein choubaarae|
ਜਿੱਥੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਟਿੱਬੇ[੧] ਵੀ ਸੁਨਹਿਰੀ ਚੁਬਾਰਿਆ ਵਰਗੇ ਹਨ।

Where the Naam, the Name of God the Beloved is chanted those barren[1] places become mansions of gold.

## ੫.ਪਰਮੇਸਰ ਤੇ ਭੁਲਿਆਂ ਵਿਆਪਨਿ ਸਭੇ ਰੋਗ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੫)

paramaesar thae bhuliaa viaapan sabhae rog |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਭੁਲਾਉਣ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਚਿਮੜ ਜਾਂਦੀਆ ਹਨ।

Forgetting the Transcendent Lord, all sorts of illnesses are contracted.

## ੬.ਸੋ ਵਡਾ ਜਿਨਿ ਰਾਮ ਲਿਵ ਲਾਈ ॥(ਪੰਨਾ੧੮੮) so vaddaa jin raam liv laaee |

ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਮਹਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਪਾਇਆ ਹੈ।

He alone is great, who is lovingly attached to the Lord.

## ੭.ਸਫਲ ਮੂਰਤੁ ਸਫਲ ਓਹ ਘਰੀ ॥ਜਿਤੁ ਰਸਨਾ ਉਚਰੈ ਹਰਿ ਹਰੀ ॥(ਪੰਨਾ੧੯੧)

safal moorath safal ouh gharee |jith rasanaa oucharai har haree |
ਉਹ ਮਹੂਰਤ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸਮਾਂ ਸੁਲੱਖਣਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਾਡੀ ਜੀਭ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦੀ ਹੈ।

Blessed is that moment, and blessed is that time, when my tongue chants the Name of the Lord.

## ੮.ਸਰਬ ਰੋਗ ਕਾ ਅਉਖਦੁ ਨਾਮੁ ॥(ਪੰਨਾ੨੭੪) sarab rog kaa aoukhadh naam |

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਦਾਰੂ ਹੈ।

The Naam is the panacea, the remedy to cure all ills.

੯.ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ[੧]॥(ਪੰਨਾ੩੪੯) naanak naavai baajh sanaath [1]|
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਨਾਮ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਜੀਵ ਨੀਚ[੧] ਹਨ।
O Nanak, without the Name,mortals are wretched outcasts[1].

੧੦.ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਕਿਆ ਟਿਕਾ ਕਿਆ ਤਗੁ[੧]॥ (ਪੰਨਾ੪੬੭)
naanak sachae naam bin kiaa ttikaa kiaa thag[1] |
ਹੇ ਨਾਨਕ!ਵਾਹਿਗੁਰੁ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤਿਲਕ ਤੇ ਜਨੇਊ[੧] ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ।
O Nanak, without the True Name, of what use is the frontal mark of the Hindus, or their sacred thread[1]?

੧੧.ਧਿਆਇਦਿਆ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਉਤਰੀ ਚਿੰਤ ॥(ਪੰਨਾ੫੨੨)
dhiaaeidhiaa thoon prabhoo mil naanak outharee chinth |
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਪਵੇਂ ਗਾ ਤੇ ਤੇਰੇ ਫਿਕਰ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣ ਗੇ।
Meditating, you shall meet God, O Nanak, and your anxiety shall vanish.

੧੨.ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਸਦਾ ਖੁਆਰੀ ॥(ਪੰਨਾ੭੧੧) har bisarath sadhaa khuaaree |
ਪਰਮਾਤਮਾ (ਦੇ ਨਾਮ) ਨੂੰ ਭੁਲਾਇਆਂ ਸਦਾ (ਮਾਇਆ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ) ਬੇ-ਪਤੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।
Forgetting the Lord, one is ruined forever.

੧੩.ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਇ ॥ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਹਉਮੈ ਮਲੁ ਖੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੮੪੧)
naam rathae man niramal hoe | har gun gaavai houmai mal khoe |
ਨਾਮ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੋਏ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਪਵਿਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, (ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੈਲ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
Imbued with the Naam, the Name of the Lord, the mind become pure and immaculate. He sings the Glorious Praises of the Lord, and washes off the filth of egotism.

੧੪.ਸੋਈ ਦੁਹੇਲਾ[੧] ਜਗਿ ਜਿਨਿ ਨਾਉ ਵਿਸਾਰੀਆ॥(ਪੰਨਾ੯੬੪)
soee dhuhaelaa[1] jag jin naao visaareeaa |
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਭੁਲਾਇਆ ਹੈ ਉਹ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਦੁਖੀ[੧] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
One who forgets the Name is miserable[1] in this world.

੧੫.ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਬਹੁ ਦੇਸ ਕਮਾਏ[੧] ॥ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੪੭)
sukh naahee bahu dhaes kamaaeae[1] | sarab sukhaa har har gun gaaeae |
ਬਹੁਤੇ ਮੁਲਕ ਜਿੱਤ ਲੈਣ[੧] ਨਾਲ ਸੁਖ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਇਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
There is no peace in conquering[1] lots of countries. All peace comes from singing the Glorious Praises of the Lord.

੧੬.ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਨਿਰਧਨੁ ਹੈ ਸੋਈ ॥ ਜਾ ਕੇ ਹਿਰਦੈ ਨਾਮੁ ਨ ਹੋਈ ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੫੯)
kehi kabeer niradhan hai soee | jaa kae hiradhai naam n hoee | ਹੇ ਕਬੀਰ, (ਅਸਲ ਵਿਚ)ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਕੰਗਾਲਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਹੈ।
Says Kabeer, he who does not have the Naam, the Name of the Lord, in his heart. Is poor.

# Omen---ਸ਼ਗਨ

੧.ਮਾਹਾ ਰੁਤੀ ਸਭ ਤੂੰ ਘੜੀ ਮੂਰਤ ਵੀਚਾਰਾ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੪੦)
maahaa ruthee sabh thoon gharree moorath veechaaraa[1] |
ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !ਸਾਰੇ ਮਹੀਨਿਆਂ,ਮੌਸਮਾਂ, ਘੜੀਆਂ ਤੇ ਮਹੂਰਤਾਂ ਵਿਚ ਤੈਨੂੰ ਸਿਮਰਿਆ[੧] ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
Through all the months and the seasons, the minutes and the hours, You can be meditated[1] on, O Lord.

੨.ਸਗੁਨ ਅਪਸਗੁਨ[੧] ਤਿਸ ਕਉ ਲਗਹਿ ਜਿਸੁ ਚੀਤਿ ਨ ਆਵੈ ॥(ਪੰਨਾ ੪੦੧)
sagun apasagun[1] this ko lagehi jis cheeth n aavai |
ਚੰਗੇ ਤੇ ਮੰਦੇ ਸ਼ਗਨਾਂ[੧] ਦਾ ਅਸਰ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਚੇਤੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।
Good omens and bad[1] omens affect those who do not keep the Lord in the mind.

੩.ਥਿਤੀ ਵਾਰ ਤਾ ਜਾ ਸਚਿ ਰਾਤੇ [੧]॥(ਪੰਨਾ੮੪੨) thithee vaar thaa jaa sach raathae[1] |
ਇਹ ਥਿਤਾਂ ਤੇ ਵਾਰ(ਚੰਦ ਤੇ ਸੂਰਜ ਦੇ ਦਿਹਾੜੇ) ਤਦੋਂ ਹੀ ਸਫਲ ਹਨ ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗਿਆ[੧] ਰਹੇ।
The days are auspicious, when one is imbued[1] with Truth.

੪.ਥਿਤੀ ਵਾਰ ਸੇਵਹਿ ਮੁਗਧ ਗਵਾਰ ॥(ਪੰਨਾ੮੪੩) thithee vaar saevehi mugadh gavaar |
ਸੂਰਜ ਤੇ ਚੰਦ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਦਿਹਾੜੇ ਕੇਵਲ ਮੂਰਖ ਤੇ ਬੁਧੂ ਹੀ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਨ।
Only idiots and fools worry about these omens and days.

੫.ਸਾਹਾ ਗਣਹਿ ਨ ਕਰਹਿ ਬੀਚਾਰੁ ॥ ਸਾਹੇ ਊਪਰਿ ਏਕੰਕਾਰੁ[੧] ॥ (ਪੰਨਾ੯੦੪)
saahaa ganehi n karehi beechaar | saahae oopar eaekankaar[1] |
ਤੂੰ ਸ਼ੁਭ ਦਿਹਾੜੇ ਗਿਣਦਾ ਹੈਂ,ਪਰ ਤੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੧] ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਹੂਰਤਾਂ ਤੋਂ ਉੱਤੇ ਤੇ ਪਰੇਡੇ ਹੈ।
You calculate the auspicious days, but you do not understand that the One Creator[1] Lord is above these auspicious days.

੬.ਪ੍ਰਭੂ ਹਮਾਰੈ ਸਾਸਤ੍ਰ ਸਉਣ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੩੭) prabhoo hamaarai saasathr soun[1] |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਸਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਚੰਗਾ ਮਹੂਰਤ ਦੱਸਣ ਵਾਲਾ[੧] ਸ਼ਾਸਤ੍ਰ ਹੈ।
God is my *Shaastra* and my favorable[1] omen.

੭.ਸੋਈ ਸਾਸਤੁ ਸਉਣੁ ਸੋਇ ਜਿਤੁ ਜਪੀਐ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥(ਪੰਨਾ੪੮)
soee saasath soun soe jith japeeai har naao |
ਉਹੀ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰ ਤੇ ਸ਼ੁਭ ਸਗਨ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਜਪਿਆ ਜਾਵੇ।
That is the essence of the scriptures, and that is a good omen, by which one comes to chant the Name of the Lord.

੮.ਜਿਤੁ ਦਿਨਿ ਵਿਸਰੈ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਭਾਈ ਤਿਤੁ ਦਿਨਿ ਮਰੀਐ ਝੂਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੬੪੦)
jith dhin visarai paarabreham bhaaee thith dhin mareeai jhoor |
ਹੇ ਭਾਈ ! ਜਿਸ ਦਿਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਭੁੱਲ ਜਾਏ, ਉਸ ਦਿਨ ਦੁਖੀ ਹੋ ਹੋ ਕੇ ਆਤਮਕ ਮੌਤ ਸਹੇੜ ਲਈਦੀ ਹੈ ।
On that day when one forgets the Supreme Lord God, O Siblings of Destiny, on that day, one ought to die crying out in pain.

੯.ਸਭੇ ਰੁਤੀ ਚੰਗੀਆ ਜਿਤੁ ਸਚੇ ਸਿਉ ਨੇਹੁ[੧] ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੫)

sabhae ruthee changeeaa jith sachae sio naehu[1] |
ਉਹ ਸਾਰੇ ਮੌਸਮ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ[੧] ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਚੰਗੇ ਹਨ।
All the seasons are good, in which the soul-bride falls in love[1] with the True Lord.

## ੧੦.ਬੇ ਦਸ[੧] ਮਾਹ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ਭਲੇ ॥
## ਘੜੀ ਮੂਰਤ ਪਲ ਸਾਚੇ ਆਏ ਸਹਜਿ[੨] ਮਿਲੇ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੦੯)

bae dhas[1] maah ruthee thithee vaar bhalae |
gharree moorath pal saachae aaeae sehaj[2] milae |
ਬਾਰ੍ਹਾਂ[੧] ਮਹੀਨੇ,ਸਾਰੀਆਂ ਰੁਤਾਂ,ਥਿਤਾਂ,ਵਾਰ,ਘੰਟੇ,ਮਹੂਰਤ ਤੇ ਪਲ ਸਰੇਸ਼ਟ ਹਨ ਜਦ ਸੁਆਮੀ ਆ ਕੇ ਸੁਭਾਵਕ[੨] ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
The twelve[1] months, the seasons, the weeks, the days, the hours, the minutes and the seconds are all sublime, when the True Lord comes and meets me with natural ease[2].

## ੧੧.ਸਾ ਰੁਤਿ ਸੁਹਾਵੀ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਚਿਤਿ ਆਵੈ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੯੩)

saa ruth suhaavee jith har chith aavai |
ਮਨੁੱਖ ਵਾਸਤੇ ਉਹੀ ਮੌਸਮ ਚੰਗਾ ਹੈ ਜਦ ਸੁਆਮੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
Beautiful is that season, when the Lord fills the mind.

# PERISHABLE----ਨਾਸ਼ਮਾਨ

੧.ਧਨੁ ਜੋਬਨੁ ਅਰੁ ਫੁਲੜਾ ਨਾਠੀਅੜੇ[੧] ਦਿਨ ਚਾਰਿ ॥(ਪੰਨਾ੨੩)
dhan joban ar fularraa naatheearrae[1] dhin chaar |
ਧਨ,ਜੁਆਨੀ ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਫੁੱਲ ਕੇਵਲ ਥੋੜੇ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਾਹੁਣੇ[੧] ਹਨ।
Wealth, the beauty of youth and flowers are guests[1] for only a few days.

੨.ਜੋ ਆਇਆ ਸੋ ਚਲਸੀ ਅਮਰੁ[੧]ਸੁ ਗੁਰੁ ਕਰਤਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੬੩)
jo aaeiaa so chalasee amar[1] s gur karathaar |
ਜਗਤ ਵਿਚ ਜੋ ਵੀ ਆਇਆ ਹੈ,ਉਸ ਤੁਰ ਜਾਣਾ ਹੈ।ਮੌਤ ਰਹਿਤ[੧] ਕੇਵਲ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਗੁਰੂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਹੀ ਹੈ।
Whoever comes must also go. Only the Creator is Eternal.[1]

੩.ਡਡਾ ਡੇਰਾ ਇਹੁ ਨਹੀ ਜਹ ਡੇਰਾ ਤਹ ਜਾਨੁ ॥(ਪੰਨਾ੨੫੬)
ddaddaa ddaeraa eihu nehee jeh ddaeraa theh jaan |
ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ।ਉਸ ਥਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਜਿੱਥੇ ਪੱਕਾ ਟਿਕਾਣਾ ਹੈ।
This is not your true place; you must know where that place really is.

੪.ਬਿਰਖ ਬਸੇਰੋ[੧] ਪੰਖਿ ਕੋ ਤੈਸੋ ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੩੩੭)
birakh basaero[1] pankh ko thaiso eihu sansaar |
ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਵਾਸਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਪੰਛੀ ਦਾ ਰੁੱਖ ਉੱਤੇ ਬੈਠਣਾ[੧]।
This world is like the perch[1] of the bird on the tree.

੫.ਬੋਲੈ ਸੇਖ ਫਰੀਦੁ ਪਿਆਰੇ ਅਲਹ ਲਗੇ ॥ਇਹੁ ਤਨੁ ਹੋਸੀ ਖਾਕ ਨਿਮਾਣੀ ਗੋਰ[੧] ਘਰੇ ॥(ਪੰਨਾ੪੪੮)
bolai saekh fareedh piaarae aleh lagae |
eihu than hosee khaak nimaanee gor[1] gharae |
ਸ਼ੇਖ ਫਰੀਦ ਜੀ :- ਹੇ ਪਿਆਰੇ, ਰੱਬ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਜੁੜ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਮਿੱਟੀ ਹੋ ਜਾਏ ਗਾ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਵਾਸਾ ਇੱਕ ਨੀਵੀਂ ਕਬਰ[੧] ਵਿਚ ਹੋਵੇ ਗਾ।
Says Shaykh Fareed, O my dear friend, attach yourself to the Lord. This body shall turn to dust, and its home shall be a humble grave[1].

੬.ਐਥੈ ਆਇਆ ਸਭੁ ਕੋ ਜਾਸੀ ਕੂੜਿ ਕਰਹੁ ਅਹੰਕਾਰੋ ॥(ਪੰਨਾ੫੭੯)
aithai aaeiaa sabh ko jaasee koorr karahu ahankaaro |
ਸਾਰੇ ਜੋ ਇਸ ਜਗਤ ਵਿਚ ਆਏ ਹਨ ਆਖਰ ਚਲੇ (ਮਰ)ਜਾਣ ਗੇ।ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਜਗਤ ਦਾ ਹੰਕਾਰ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ।
Everyone who comes here, shall have to leave; to act in ego is false.

੭.ਜੋ ਜੋ ਦੀਸੈ ਵਡਾ ਵਡੇਰਾ ਸੋ ਸੋ ਖਾਕੂ ਰਲਸੀ ॥(ਪੰਨਾ੬੦੮)
jo jo dheesai vaddaa vaddaeraa so so khaakoo ralasee |
ਜਿਹੜਾ ਵੀ ਕੋਈ ਵੱਡਾ (ਧਨੀ) ਮਨੁੱਖ ਦਿਸਦਾ ਹੈ, ਮਰ ਕੇ ਮਿੱਟੀ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਏ ਗਾ।
Whoever appears to be the greatest of the great, shall ultimately be mixed with the dust.

੮.ਰਹਣੁ ਨ ਪਾਵਹਿ ਸੁਰਿ[੧] ਨਰ ਦੇਵਾ ॥(ਪੰਨਾ੭੪੦) rehan n paavehi sur1 nar dhaevaa |
ਦੇਵੀ[੧], ਦੇਵਤੇ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਭੀ ਇਥੇ ਸਦਾ ਲਈ ਟਿਕੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ।
The angelic[1] beings and gods are not permitted to remain here.

੯.ਰਾਣਾ ਰਾਉ ਨ ਕੋ ਰਹੈ ਰੰਗੁ[1] ਨ ਤੁੰਗੁ ਫਕੀਰੁ ॥(ਪੰਨਾ੯੩੬)

raanaa raao n ko rehai rang[1] n thung fakeer |
ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਨਾ ਕਿਸੇ ਰਾਜੇ ਤੇ ਸਰਦਾਰ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਕੰਗਾਲ[1],ਮੰਗਤੇ ਤੇ ਅਮੀਰ ਨੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

Neither the kings nor the nobles will remain; neither the rich nor the poor[1] will remain.

੧੦.ਦੇਹੀ ਕਾਚੀ ਕਾਗਦ ਮਿਕਦਾਰਾ[1] ॥ਬੂੰਦ ਪਵੈ ਬਿਨਸੈ ਢਹਤ ਨ ਲਾਗੈ ਬਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੪੮)

dhaehee kaachee kaagadh mikadhaaraa[1] |
boondh pavai binasai tehath n laagai baaraa |
ਇਹ ਸਰੀਰ ਕਾਗਜ਼ ਵਾਂਗ[1] ਨਾਸਵੰਤ ਹੈ।ਪਾਣੀ ਦੀ ਇੱਕ ਬੂੰਦ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਗਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਸ ਹੁਦਿਆਂ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ।

The body is frail and perishable, like[1] paper. When the drop of water falls upon it, it crumbles and dissolves instantaneously.

੧੧.ਆਪਣ ਵਾਰੀ ਸਭਸੈ ਆਵੈ ਪਕੀ ਖੇਤੀ ਲੁਣੀਐ[1] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੧੦)

aapan vaaree sabhasai aavai pakee khaethee luneeai[1] |
ਹਰੇਕ ਜੀਵ ਦੀ(ਸੰਸਾਰ ਛੱਡਣ) ਦੀ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਪੱਕੀ ਹੋਈ ਫਸਲ (ਆਖਿਰ) ਵੱਢ[1] ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

All will have their turn; the crop ripens, and then it is cut[1] down.

੧੨.ਜੋ ਦੀਸੈ ਸੋ ਹੋਇ ਬਿਨਾਸਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੬੭) jo dheesai so hoe binaasaa |
ਜੋ ਕੁੱਝ ਦਿਸਦਾ ਹੈ ਸਭ ਨਾਸ਼ਮਾਨ ਹੈ। Whatever is seen, shall pass away.

੧੩.ਜਿਉ ਜਲ ਊਪਰਿ ਫੇਨੁ[1] ਬੁਦਬੁਦਾ ਤੈਸਾ ਇਹੁ ਸੰਸਾਰਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੫੭)

jio jal oopar faen[1] budhabudhaa thaisaa eihu sansaaraa |
ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਣੀ ਤੇ ਝੱਗ[1] ਦਾ ਬੁਲਬੁਲਾ ਹੈ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਸੰਸਾਰ (ਜਲਦੀ ਮਿਟ ਜਾਣ ਵਾਲਾ) ਹੈ।

Like foam[1]bubbling up on the surface of the water, so is this world.

੧੪.ਛਿਨੁ ਛਿਨੁ ਕਰਿ ਗਇਓ ਕਾਲੁ ਤੈਸੇ ਜਾਤੁ ਆਜੁ ਹੈ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੩੫੨)

shin shin kar gaeiou kaal thaisae jaath aaj hai |
ਕੱਲ੍ਹ ਦਾ ਦਿਨ ਇੱਕ ਛਿਨ ਛਿਨ (ਪਲ ਪਲ) ਕਰਕੇ ਬੀਤ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਿਵੇਂ ਅੱਜ ਦਾ ਦਿਨ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

Moment by moment, yesterday passed. Today is passing as well.

੧੫.ਫਰੀਦਾ ਮੈ ਭੋਲਾਵਾ ਪਗ ਦਾ ਮਤੁ ਮੈਲੀ ਹੋਇ ਜਾਇ ॥
ਗਹਿਲਾ[1] ਰੂਹੁ ਨ ਜਾਣਈ ਸਿਰੁ ਭੀ ਮਿਟੀ ਖਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੭੯)

fareedhaa mai bholaavaa pag dhaa math mailee hoe jaae |
gehilaa[1] roohu n jaanee sir bhee mittee khaae |
ਹੇ ਫਰੀਦ! ਮੈਨੂੰ (ਆਪਣੀ) ਪੱਗ ਦਾ ਫ਼ਿਕਰ (ਰਹਿੰਦਾ) ਹੈ (ਕਿ ਮਿੱਟੀ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਪੱਗ) ਕਿਤੇ ਮੈਲੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਏ, ਪਰ ਕਮਲੀ[1] ਜਿੰਦ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੀ ਕਿ ਮਿੱਟੀ (ਤਾਂ) ਸਿਰ ਨੂੰ ਭੀ ਖਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

Fareed, I was worried that my turban might become dirty. My thoughtless[1] self did not realize that one day, dust will consume my head as well.

੧੬.ਫਰੀਦਾ ਖਿੰਥੜਿ[1] ਮੇਖਾ[2] ਅਗਲੀਆ[3] ਜਿੰਦੁ ਨ ਕਾਈ ਮੇਖ ॥
ਵਾਰੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਚਲੇ ਮਸਾਇਕ ਸੇਖ ॥(ਪੰਨਾ੧੩੮੦)

fareedhaa khintharr[1] maekhaa[2] agaleeaa[3] jindh n kaaee maekh |

vaaree aapo aapanee chalae masaaeik saekh |
ਹੇ ਫਰੀਦ! ਗੋਦੜੀ[1] ਨੂੰ ਕਈ[3] ਟਾਂਕੇ[2] ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰ ਜਿੰਦ ਨੂੰ ਇੱਕ ਭੀ ਟਾਂਕਾ ਨਹੀਂ , ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਅਖਵਾਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ੇਖ਼ ਆਦਿਕ ਸਭ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਇਥੋਂ ਤੁਰ ਗਏ ।

Fareed, there are many[3] seams[2] on the patched coat[1], but there are no seams on the soul. The *shaikhs* and their disciples have all departed, each in his own turn.

੧੭.ਧਨੁ ਦਾਰਾ ਸੰਪਤਿ[1] ਸਗਲ ਜਿਨਿ ਅਪੁਨੀ ਕਰਿ ਮਾਨਿ ॥
ਇਨ ਮੈ ਕਛੁ ਸੰਗੀ ਨਹੀ ਨਾਨਕ ਸਾਚੀ ਜਾਨਿ ॥(ਪੰਨਾ੧੪੨੬)

dhan dhaaraa sanpath[1] sagal jin apunee kar maan |
ein mai kash sangee nehee naanak saachee jaan |
ਧਨ, ਇਸਤ੍ਰੀ, ਸਾਰੀ ਜਾਇਦਾਦ[1] ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਕਰ ਕੇ ਜਾਣਦਾ ਹੈਂ, ਇਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਭੀ ਤੇਰਾ ਸਾਥੀ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦਾ ।ਹੇ ਨਾਨਕ,ਤੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸੱਚੀ ਸਮਝ।

Your wealth, spouse, and all the possessions [1]which you claim as your own - none of these shall go along with you in the end. O Nanak, know this as true.

੧੮.ਨਾਵ ਜਿਨਾ ਸੁਲਤਾਨ ਖਾਨ ਹੋਦੇ ਡਿਠੇ ਖੇਹ ॥(ਪੰਨਾ੧੬)

naav jinaa sulathaan khaan hodhae ddithae khaeh |
ਜਿਨ੍ਹਾ ਨੂੰ ਖਾਨ ਤੇ ਸੁਲਤਾਨ ਕਰ ਕੇ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਉਹ ਵੀ (ਮਰ ਕੇ) ਮਿੱਟੀ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Those who are known as *sultans* and emperors shall be reduced to dust in the end.

੧੯.ਜਗ ਮਹਿ ਕੋਈ ਰਹਣੁ ਨ ਪਾਏ ਨਿਹਚਲੁ[1] ਏਕੁ ਨਾਰਾਇਣਾ ॥(ਪੰਨਾ੧੦੭੭)

jag mehi koee rehan n paaeae nihachal[1] eaek naaraaeinaa |
ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ।ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੀ ਸਦਾ ਕਾਇਮ[1] ਰਹਣ ਵਾਲਾ ਹੈ।

No one can remain in this world; only the One Lord is permanent and unchanging[1].

੨੦.ਧਨੁ ਦਾਰਾ ਸੰਪਤਿ ਗ੍ਰੇਹ ॥ ਕਛੁ ਸੰਗਿ ਨ ਚਾਲੈ ਸਮਝ ਲੇਹ ॥(ਪੰਨਾ੧੧੮੭)

dhan dhaaraa sanpath grah | kash sang n chaalai samajh laeh |
ਤੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝ ਲੈ ਕਿ ਇਹ ਦੌਲਤ,ਪਤਨੀ,ਜਾਇਦਾਦ ਤੇ ਘਰ-ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਵੀ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਣੀ।

Wealth, spouse, property and household - none of them shall go along with you; you must know that this is true!

# PURITY & IMPURITY---ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਤੇ ਅਪਵਿੱਤਰਤਾ

੧.ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਰਾਮੁ ਰਿਦੈ ਬਿਚਾਰੈ ਸੂਤਕੁ ਤਿਨੈ ਨ ਹੋਈ ॥(ਪੰਨਾ੩੩੧)

kehi kabeer raam ridhai bichaarai soothak thinai n hoee |
ਹੇ ਕਬਰਿ,ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਭਜਨ ਕਰਦਾ ਹੈ,ਉਸ ਨੂੰ ਸੂਤਕ ਦਾ ਭਰਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।

Says Kabeer, those who meditate on the Lord in their hearts, are not polluted.

੨.ਸੂਚੇ ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਹਿ ਬਹਨਿ ਜਿ ਪਿੰਡਾ ਧੋਇ ॥
ਸੂਚੇ ਸੇਈ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੨)

soochae eaehi n aakheeahi behan j pinddaa dhoe |
soochae saeee naanakaa jin man vasiaa soe |
ਉਹ ਜੋ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਵਿਤਰ ਨਹੀਂ ਕਹੇ ਜਾਂਦੇ।ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਸੁੱਚੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਸਦਾ ਹੈ।

They are not called pure, who sit down after merely washing their bodies. Only they are pure, O Nanak, within whose minds the Lord abides.

੩.ਜੇ ਕਰਿ ਸੂਤਕੁ ਮੰਨੀਐ ਸਭ ਤੈ ਸੂਤਕੁ ਹੋਇ ॥ਗੋਹੇ ਅਤੈ ਲਕੜੀ ਅੰਦਰਿ ਕੀੜਾ ਹੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੨)

jae kar soothak manneeai sabh thai soothak hoe |
gohae athai lakarree andhar keerraa hoe |
ਜੇਕਰ ਸੂਤਕ ਦਾ ਅਸੂਲ ਮੰਨ ਲਈਏ ਤਾਂ ਸੂਤਕ ਸਭ ਥਾਈਂ ਹੈ।ਗੋਹੇ ਤੇ ਲਕੜੀ ਵਿਚ ਵੀ ਕੀੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

If one accepts the concept of impurity, then there is impurity everywhere. In cow-dung and wood there are worms.

੪.ਜੇਤੇ ਦਾਣੇ ਅੰਨ ਕੇ ਜੀਆ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ ॥
ਪਹਿਲਾ ਪਾਣੀ ਜੀਉ ਹੈ ਜਿਤੁ ਹਰਿਆ[੧] ਸਭੁ ਕੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੨)

jaethae dhaanae ann kae jeeaa baajh n koe |
pehilaa paanee jeeo hai jith hariaa[1]sabh koe |
ਅਨਾਜ ਦੇ ਹਰ ਦਾਣੇ ਅੰਦਰ ਜੀਵ ਹੈ।ਪਾਣੀ ਆਪ ਵੀ ਜਾਨਦਾਰ ਹੈ।ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਸਬ ਕੁੱਝ ਸਰਸਬਜ਼[੧] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

As many as are the grains of corn, none is without life. First, there is life in the water, by which everything else is made green[1].

੫.ਸੂਤਕੁ ਕਿਉ ਕਰਿ ਰਖੀਐ ਸੂਤਕੁ ਪਵੈ ਰਸੋਇ ॥
ਨਾਨਕ ਸੂਤਕੁ ਏਵ ਨ ਉਤਰੈ ਗਿਆਨੁ ਉਤਾਰੇ ਧੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੨)

soothak kio kar rakheeai soothak pavai rasoe |
naanak soothak eaev n outharai giaan outhaarae dhoe |
ਸੂਤਕ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?ਸੂਤਕ ਤਾਂ ਰਸੋਈ ਵਿਚ ਵੀ ਹੈ।ਹੇ ਨਾਨਕ, ਸੂਤਕ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਨੂੰ (ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ) ਗਿਆਨ ਹੀ ਦੂਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

How can it be protected from impurity? It touches our own kitchen. O Nanak, impurity cannot be removed in this way; it is washed away only by spiritual wisdom.

6.ਮਨ ਕਾ ਸੂਤਕੁ ਲੋਭੁ ਹੈ ਜਿਹਵਾ ਸੂਤਕੁ ਕੂੜੁ ॥
ਅਖੀ ਸੂਤਕੁ ਵੇਖਣਾ ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ[੧] ਪਰ ਧਨ ਰੂਪੁ ॥
ਕੰਨੀ ਸੂਤਕੁ ਕੰਨਿ ਪੈ ਲਾਇਤਬਾਰੀ[੨] ਖਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ੪੭੨)

man kaa soothak lobh hai jihavaa soothak koorr |
akhee soothak vaekhanaa par thria[1] par dhan roop |
kannee soothak kann pai laaeithabaaree[2] khaahi |
ਲਾਲਚ ਚਿਤ ਦੀ ਅਪਵਿੱਤਰਤਾ ਹੈ ਤੇ ਜੀਭ ਦੀ ਅਪਵਿੱਤਰਤਾ ਝੂਠ ਬੋਲਣਾ ਹੈ। ਪਰਾਈ ਇਸਤ੍ਰੀ[੧], ਦੌਲਤ ਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਨੂੰ (ਬੁਰੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ) ਵੇਖਣਾ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਅਪਵਿੱਤਰਤਾ ਹੈ ।ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ[੨] ਸੁਣਨਾ ਕੰਨਾ ਦਾ ਸੂਤਕ ਹੈ।

The impurity of the mind is greed, and the impurity of the tongue is falsehood. The impurity of the eyes is to gaze upon the beauty of another man's wife[1], and his wealth. The impurity of the ears is to listen to the slander[2] of others.

੭.ਸਭੋ ਸੂਤਕੁ ਭਰਮੁ ਹੈ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ ॥(ਪੰਨਾ੪੭੨)

sabho soothak bharam hai dhoojai lagai jaae |
ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾਂ ਸੂਤਕ ਵਹਿਮ ਤੇ ਦਵੈਤ ਭਾਵ ਨਾਲ ਮੋਹ ਹੈ।

The main impurity is doubt and attachment to duality.

੮.ਮਨੁ ਨਹੀ ਸੂਚਾ ਕਿਆ ਸੋਚ ਕਰੀਜੈ ॥(ਪੰਨਾ੯੦੫)man nehee soochaa kiaa soch kareejai |
ਜਦ ਮਨ ਪਵਿਤਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਬਾਹਰੋਂ ਧੋਣ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ਹੈ?

When mind is not pure, what is the use of performing ritual cleansing?

੯.ਨੈਨਹੁ ਸੂਤਕੁ ਬੈਨਹੁ[੧] ਸੂਤਕੁ ਸੂਤਕੁ ਸ੍ਰਵਨੀ ਹੋਈ ॥
ਊਠਤ ਬੈਠਤ ਸੂਤਕੁ ਲਾਗੈ ਸੂਤਕੁ ਪਰੈ ਰਸੋਈ ॥(ਪੰਨਾ੩੩੧)

nainahu soothak bainahu[1] soothak soothak sravanee hoee |
oothath baithath soothak laagai soothak parai rasoee |
ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਸੂਤਕ ਹੈ। ਬੋਲ-ਚਾਲ[੧] ਵਿਚ ਸੂਤਕ ਹੈ ਤੇ ਕੰਨਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਸੂਤਕ ਹੈ। ਉਠਦਿਆਂ ਬੈਠਦਿਆਂ ਮਲੀਨਤਾ ਆ ਚਿਮੜਦੀ ਹੈ ਤੇ ਰਸੋਈ ਵਿਚ ਵੀ ਸੂਤਕ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

There is pollution in the eyes, and pollution in speech[1]; there is pollution in the ears as well. Standing up and sitting down, one is polluted; one's kitchen is polluted as well.

੧੦.ਸੂਤਕੁ ਅਗਨਿ ਭਖੈ[੧] ਜਗੁ ਖਾਇ ॥ਸੂਤਕੁ ਜਲਿ ਥਲਿ ਸਭ ਹੀ ਥਾਇ ॥
ਨਾਨਕ ਸੂਤਕਿ ਜਨਮਿ ਮਰੀਜੈ ॥ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪੀਜੈ ॥(ਪੰਨਾ੪੧੩)

soothak agan bhakhai[1] jag khaae | soothak jal thal sabh hee thaae |
naanak soothak janam mareejai |gur parasaadhee har ras peejai |
ਭੜਕਦੀ ਹੋਈ ਅੱਗ ਜੋ ਜਹਾਨ ਨੂੰ ਭਸਮ[੧] ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਵਿਚ ਵੀ ਸੂਤਕ ਹੈ। ਪਾਣੀ, ਧਰਤੀ ਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਸੂਤਕ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ, ਜੀਵ ਸੂਤਕ ਵਿਚ ਹੀ ਜੰਮਦੇ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਦਇਆ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪੀਂਦਾ ਹੈ।

Pollution is in the burning fire, which is consuming[1] the world. Pollution is in the water, upon the land, and everywhere. O Nanak, people are born and die in pollution. By Guru's Grace, they drink in the Lord's sublime elixir.

੧੧.ਸੋ ਸੂਚਾ ਜਿ ਕਰੋਧੁ ਨਿਵਾਰੇ ॥ ਸਬਦੇ ਬੂਝੈ ਆਪੁ ਸਵਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ੧੦੩੯)

so soochaa j karodh nivaarae | sabadhae boojhai aap savaarae |
ਕੇਵਲ ਉਹ ਹੀ ਪਵਿਤਰ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਗੁੱਸੇ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ,ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਦਾ ਹੈ।

He alone is pure, who eradicates anger. He realizes the *Shabad*, and reforms himself.

੧੨.ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਤੇਈ ਨਰ ਸੂਚੇ ਸਾਚੀ ਪਰੀ ਬਿਚਾਰਾ[੧] ॥(ਪੰਨਾ੧੧੯੫)

kehi kabeer thaeee nar soochae saachee paree bichaaraa[1] |
ਹੇ ਕਬਰਿ, ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਸੁੱਚੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੂਝ[੧] ਆ ਗਈ ਹੈ।
Says Kabeer, they alone are pure, who have obtained pure understanding[1].

੧੩.ਮੁਹਿ ਫੇਰਿਐ ਮੁਹੁ ਜੂਠਾ ਹੋਇ ॥(ਪੰਨਾ੧੨੪੦) muhi faeriai muhu joothaa hoe |
ਪ੍ਰਭੂ ਵਲੋਂ ਮੂੰਹ ਫੇਰਨ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਅਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
Impurity comes from turning one's face away from God.

# RITUALS-ਰੀਤਾਂ

੧.ਮਨਮਖ[੧] ਕਰਮ[੨] ਕਮਾਵਣੇ[੩] ਜਿਉ ਦੋਹਾਗਣਿ[੪] ਤਨਿ ਸੀਗਾਰੁ[੫]॥(ਪੰਨਾ ੩੧)

munumukh[1] kurum[2] kurnaavunae[3] jio dhohaagan[4] than seegaar[5] |
ਅਧਰਮੀ[੧] ਲਈ ਪੂਜਾ ਦੀਆਂ ਰੀਤਾਂ[੨] (ਕਰਮ ਕਾਂਡ) ਕਰਨੀਆਂ[੩] ਪਤੀ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਗੀ[੪] ਹੋਈ ਪਤਨੀ ਦੇ ਹਾਰ ਸ਼ਿੰਗਾਰ[੫] ਕਰਨ ਵਾਂਗ ਹੈ।

Perfomance[3]of rituals[2] by a self -willed[1]is similar to a deserted woman[4] who decks[5] herself.

੨.ਬਹੁ[੧] ਬਿਧਿ ਕਰਮ[੨] ਕਮਾਵਦੇ ਦੂਣੀ[੩] ਮਲੁ[੪] ਲਾਗੀ ਆਇ॥(ਪੰਨਾ ੩੯)

buhu[1] bidhh kurum[2] kumaavudhae dhoonee[3] mul[4] laagee aae |
ਕਈ[੧] ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਕਰਮ[੨] ਕਾਂਡ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਗੋਂ ਆਦਮੀ ਨੂੰ (ਹਉਮੈ ਦੀ) ਦੁਗਣੀ[੩] ਮੈਲ[੪] ਆ ਲਗਦੀ ਹੈ।

Performing of rituals[2] in many[1] different ways,is tantamount to two fold[3] impurity[4] attached to the performer.

੩.ਬਹੁ[੧] ਕਰਮ[੨] ਕਮਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੩)

buhu1 kurum kumaavai mukath n paaeae |
ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਅਨੇਕਾਂ[੧] ਕਰਮ ਕਾਂਡ[੨] ਕਰੇ (ਤਾਂ ਵੀ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

Man may perform many[1] rituals, but can't attain emancipation.

੪.ਜੀਵਤ[੧] ਪਿਤਰ[੨] ਨ ਮਾਨੈ[੩] ਕੋਊ ਮੂਏਂ[੪] ਸਿਰਾਧ[੫] ਕਰਾਹੀ॥
ਪਿਤਰ ਭੀ ਬਪੁਰੇ[੬] ਕਹੁ ਕਿਉ ਪਾਵਹਿ[੭] ਕਊਆ[੮] ਕੂਕਰ[੯] ਖਾਹੀ॥(ਪੰਨਾ ੩੩੨)

jeevuth[1] pithur[2] n maanai3 kooo mooeae(n)[4] siraadhh[5] kuraahee |
pithur bhee bupurae[6] kuhu kio paavehi[7] kooaa[8] kookur[9] khaahee |
ਲੋਕ ਜੀਉਂਦੇ[੧] ਮਾਪਿਆਂ[੨] ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ[੩] ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਪਰ ਮਰੇ ਹੋਏ[੪] ਪਿਤਰਾਂ ਨਮਿਤ ਭੋਜਨ[੫] ਖੁਆਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਚਾਰੇ[੬] ਪਿਤਰਾਂ (ਵੱਡ ਵਡੇਰਿਆਂ) ਨੂੰ ਕੀ ਮਿਲਦਾ[੭] ਹੈ? ਭੋਜਨ ਤਾਂ ਕਾਂ[੮] ਕੁੱਤੇ[੯] ਹੀ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

One does not serve[3]one's ancestors[2] when they are alive[1], but gives feasts[5] for them after their death[4]. How can the poor[6] ancestors get[7] what the crows[8] and dogs[9] have eaten?

੫.ਕਰਮ[੧] ਧਰਮ[੨] ਕੀ ਸੂਲ[੩] ਨ ਸਹਹੁ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੩੪੩) kurum dhhurum kee sool[3] n sehuhu[4]|
ਤੂੰ ਕਰਮ ਕਾਂਡ[੧] ਤੇ ਧਾਰਮਕ[੨] ਰੀਤਾਂ ਦੀ ਪੀੜ[੩] ਨਾ ਝੱਲ[੪]।

Don't endure[4] the torture[3] of rituals and religious rites.

੬.ਰਹੈ ਬੇਬਾਣੀ[੧] ਮੜੀ[੨] ਮਸਾਣੀ[੩]॥ ਅੰਧੁ[੪] ਨ ਜਾਣੈ ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਣੀ[੫]॥(ਪੰਨਾ ੪੬੭)

rehai baebaanee[1] murree[2] musaanee[3] | a(n)dhh[4]n jaanai fir pushhuthaanee[5]. |
ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਜੋ ਉਜਾੜਾਂ[੧], ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ[੨] ਭੂਮੀਆਂ ਤੇ ਕਬਰਸਤਾਨਾਂ[੩] ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਮੂਰਖ[੪] ਹੈ ਜੋ ਰੱਬ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਤੇ ਪਿੱਛੇ ਪਛਤਾਉਂਦਾ[੫] ਹੈ।

The man who dwells in wilderness[1], at burial[2] and cremation grounds[3] is a fool.[4] He does not know the Lord and regrets[5] after wards.

੭.ਦਇਆ ਕਪਾਹ ਸੰਤੋਖੁ[੧] ਸੂਤੁ[੨] ਜਤੁ[੩] ਗੰਢੀ[੪] ਸਤੁ[੫] ਵਟੁ[੬]॥
ਏਹੁ ਜਨੇਊ ਜੀਅ[੭] ਕਾ ਹਈ ਤ ਪਾਡੇ[੮] ਘਤੁ[੯]॥(ਪੰਨਾ ੪੭੧)

dhaeiaa kupaah su(n)thokh[1] sooth [2]juth[3] gu(n)dtee[4] suth [5]vutt[6] |
eaehu junaeoo jeea[7] kaa hee th paadae[8] ghuth[9] |
ਦਇਆ ਨੂੰ ਕਪਾਹ, ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ[੧] ਨੂੰ ਧਾਗਾ[੨], ਪ੍ਰਹੇਜ਼ਗਾਰੀ (ਜਤ-ਸਤ) ਦੀ ਗੰਢਾਂ[੪] ਅਤੇ ਸੱਚ[੫] ਨੂੰ ਵੱਟ[੬] ਬਣਾ। ਹੇ ਪੰਡਤ[੮]! ਇਹੋ

ਜਿਹਾ ਆਤਮਾ[੭] ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਜਨੇਊ ਹੈ ਤਦ ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਪਾ[੯] ਦੇ।

Make compassion the cotton , contentment[1] the thread,[2] continence[3] the knot[4], and truth[5] the twist[6]. O Brahman[8]! This is the real sacred thread of the soul[7]. Put[9]it on me if you have one.

ਨਾ ਏਹੁ ਤੁਟੈ[੧] ਨ ਮਲੁ[੨] ਲਗੈ ਨਾ ਏਹੁ ਜਲੈ ਨ ਜਾਇ॥
ਧੰਨੁ[੩] ਸੁ ਮਾਣਸ[੪] ਨਾਨਕਾ ਜੋ ਗਲਿ[੫] ਚਲੇ ਪਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੧)

naa eaehu thuttai naa mul lugai naa eaehu julai n jaae |
dhhu(n)n[3] s maanus[4] naanukaa jo gal chulae paae |

ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਜਨੇਊ ਨਾ ਟੁਟਦਾ[੧] ਹੈ, ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਮੈਲ[੨] ਲਗਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਇਹ ਸੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਗੁਆਚਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਹ ਮਨੁੱਖ[੪] ਭਾਗਾਂ[੩] ਵਾਲੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹ ਜਨੇਊ ਆਪਣੇ ਗਲ[੫] ਪਾ ਲਿਆ ਹੈ।

Neither it breaks, nor is it soiled, nor burnt nor wasted. O Nanak, blessed[3] are those persons[4] who wear it round their necks.

ਚਉਕੜਿ[੧] ਮੁਲਿ[੨] ਅਣਾਇਆ ਬਹਿ ਚਉਕੈ[੩] ਪਾਇਆ॥
ਸਿਖਾ[੪] ਕੰਨਿ[੫] ਚੜਾਈਆ ਗੁਰੁ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ[੬] ਥਿਆ॥
ਓਹੁ ਮੁਆ[੭] ਓਹੁ ਝੜਿ[੮] ਪਇਆ ਵਤੇਗਾ[੯] ਗਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੧)

choukarr[1] mul anaaeiaa behi choukai[3] paaeiaa |
sikhaa4 ku(n)n churraaeeaa gur braahumun theiaa |
ouhu muaa ouhu jharr[8] paeiaa vaethugaa[9] gaeiaa |

ਹੇ ਪੰਡਤ! ਤੂੰ ਚਾਰ[੧] ਕਉਡੀਆਂ ਦਾ ਧਾਗਾ ਖਰੀਦਿਆ[੨] ਹੈ ਤੇ (ਜਜਮਾਨ ਦੀ) ਰਸੋਈ[੩] ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ (ਉਸ ਦੇ ਗਲ) ਪਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੂੰ (ਉਸ ਦੇ) ਕੰਨ[੫] ਵਿੱਚ ਉਪਦੇਸ਼[੪] ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਤੇਰਾ ਗੁਰੂ ਬ੍ਰਾਹਮਣ[੬] ਹੈ। ਉਹ ਆਦਮੀ ਮਰ[੭] ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਜਨੇਊ ਡਿੱਗ[੮] ਪੈਂਦਾ ਹੈ।ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਜਨੇਊ ਤੋਂ[੯] ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(O Pandit!) You brought the thread for four[1] shells and seated in the kitchen[3], put it (round the neck of someone) The Brahman whispers the wisdom[4] into his ears that he (Brahman) became his Guru. The man dies and the sacred thread is burnt or falls[8.] The mortal goes without[9] the sacred thread.

੮.ਤਗੁ[੧] ਕਪਾਹਹੁ ਕਤੀਐ[੨] ਬਾਮ੍ਹਣ ਵਟੇ[੩] ਆਇ॥
ਕੁਹਿ[੪] ਬਕਰਾ[੫] ਰਿੰਨ੍ਹਿ[੬] ਖਾਇਆ ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ ਪਾਇ[੭]॥(ਪੰਨਾ ੪੭੧)

thug[1] kupaahuhu kutheeai[2] baamhun vuttae[3] aae |
kuhi[4] bukuraa ri(n)nih[6] ikkaaeiaa subh ko aakhai paae |

ਕਪਾਹ ਤੋਂ (ਜਨੇਊ ਦੇ) ਧਾਗਾ[੧] ਕਤਿਆ[੨] ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਾਹਮਣ ਆ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਟਦਾ[੩] ਹੈ।ਬਕਰਾ ਮਾਰਿਆ[੪], ਪਕਾਇਆ[੬] ਤੇ ਖਾਧਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਹਰ ਕੋਈ ਆਖਦਾ ਹੈ-"ਜਨੇਊ ਪਾਉ[੭]"।

The Brahman twists[3] the thread[1] spun[2] out of cotton. The goat is killed[4], cooked[6] and eaten (to celebrate the occasion). Everybody says-" Put the sacred thread".

ਹੋਇ ਪੁਰਾਣਾ ਸੁਟੀਐ[੧] ਭੀ ਫਿਰਿ ਪਾਈਐ ਹੋਰੁ[੨]॥
ਨਾਨਕ ਤਗੁ ਨ ਤੁਟਈ ਜੇ ਤਗਿ ਹੋਵੈ ਜੋਰੁ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੪੭੧)

how puraanaa sutteeai[1] bhee fir paaeeai hor[2] | naanuk thug n thuttee jae thag hovai jor[3] |

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ-" ਜਦੋਂ ਜਨੇਊ ਪੁਰਾਣਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਸੁੱਟ[੧] ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰ[੨] ਪਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਧਾਗੇ ਵਿਚ ਸ਼ਕਤੀ[੩] ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਟੁੱਟੇ ਹੀ ਨਾਂਹ"।

"When the thread wears off, it is thrown[1] and exchanged for another[2]",- says Guru Nanak,-" Thread would not break if it has any power.[3]"

੯.ਜਾਲਉ[੧] ਐਸੀ ਰੀਤਿ ਜਿਤੁ ਮੈ ਪਿਆਰਾ[੨] ਵੀਸਰੈ॥(ਪੰਨਾ ੫੯੦)

jaalo[1] aisee reeth jith mai piaaraa veesurai |
ਮੈਂ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਰਿਵਾਜ (ਰੀਤ) ਨੂੰ ਸਾੜਦਾ[੧] (ਤਿਆਗਦਾ ) ਹਾਂ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਪ੍ਰਭੂ[੨] ਵਿਸਰ ਜਾਏ।

I burn[1] (give up) such a (ceremonial) ritual by which I may forget the Lord.

੧੦.ਦੁਬਿਧਾ[੧] ਨ ਪੜਉ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਹੋਰੁ ਨ ਪੂਜਉ ਮੜੈ[੧] ਮਸਾਣਿ[੨] ਨ ਜਾਈ॥(ਪੰਨਾ੬੩੪)

dhubidhhaa[1] n purro har bin hor n poojo murrai musaan n jaaee |
ਮੈਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ[੧] ਆਸਰੇ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ। ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪੂਜਦਾ।ਮੈਂ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ[੩]-ਭੂਮੀਆਂ ਤੇ ਸਮਾਧਾਂ[੨] ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।

I am not torn by duality[1,] because I do not worship any but my Lord; I do not visit tombs and crematoriums.

੧੧.ਕਰਮ[੧] ਧਰਮ ਪਾਖੰਡ ਜੋ ਦੀਸਹਿ[੨] ਤਿਨ ਜਮੁ[੩] ਜਾਗਾਤੀ[੪] ਲੂਟੈ॥(ਪੰਨਾ ੭੪੭)

kurum dhhurum paakhu(n)dd jo dheesehi thin jum[3] jaagaathee[4] loottai |
ਕਰਮ[੧] ਕਾਂਡ, ਧਾਰਮਕ ਰਸਮਾਂ ਤੇ ਪਾਖੰਡ ਜੋ ਦਿਖਾਵੇ[੨] ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੌਤ[੩] ਦਾ ਮਸੂਲੀਆ[੪] ਲੁੱਟ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

The rituals and hypocrisies which are seen, are plundered by Yama[3], the ultimate tax collector[4].

੧੨.ਪਤਿ[੧] ਵਿਣੁ ਪੂਜਾ ਸਤ[੨] ਵਿਣੁ ਸੰਜਮੁ[੩] ਜਤ[੪] ਵਿਣੁ ਕਾਹੇ ਜਨੇਉ॥
ਨਾਵਹੁ ਧੋਵਹੁ ਤਿਲਕੁ ਚੜਾਵਹੁ ਸੁਚ ਵਿਣੁ ਸੋਚ ਨ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੯੦੩)

path[1] vin poojaa suth vin su(n)jum[3] juth vin kaahee junaeoo |
naavuhu dhhovuhu thiluk churraavuhu such vin soch n hoee |
ਪਤੀ[੧]-ਪ੍ਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੀ ਪੂਜਾ ਦੇ ਬਗੈਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦੇਵ ਪੂਜਾ, ਸਚਾਈ[੨] ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ ਸੰਜਮ[੩] ਅਤੇ ਬ੍ਰਹਮਚਾਰੀ[੪] ਹੋਣ ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ ਜੰਞੂ ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਹਨ? (ਫਜ਼ੂਲ ਹਨ) ਬੰਦਾ ਤੀਰਥ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰ ਲਵੇ, ਸਰੀਰ ਸਾਫ ਕਰ ਲਵੇ ਤੇ ਟਿੱਕਾ ਲਾ ਲਵੇ ਪਰ ਮਨ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ (ਇਹ ਬਾਹਰਲੀ) ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

Worship of any (deity) other than God[1], discipline[3]without truthfulness,and sacred thread without chastity are of no avail. One may bathe (at a pilgrim station), wash one's body and apply sacrificial mark (saffron mark), but without (inner) purity, the outer cleanliness is useless.

੧੩.ਕਰਮੀ[੧] ਸਹਜੁ[੨] ਨ ਊਪਜੈ[੩] ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ[੪] ਨ ਜਾਇ॥
ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ[੫] ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ[੬] ਕਰਮ ਕਮਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੧੯)

kurumee sehuj[2] n oopujai vin sehujai sehusaa[4] n jaae |
neh jaae sehusaa kithai su(n)jam rehae kurum kumaaeae |
ਕਰਮ ਕਾਂਡਾਂ[੧] (ਦਿਖਾਵੇ ਦੇ ਧਾਰਮਕ ਕੰਮਾਂ) ਨਾਲ ਆਤਮਕ[੨] ਟਿਕਾਉ ਪੈਦਾ[੩] ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਟਿਕਾਉ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੰਦੇਹ[੪] ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।ਲੋਕ ਕਈ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਕਰ ਥਕ ਗਏ ਹਨ ਕਿਸੇ[੫] ਵੀ ਜਤਨ ਨਾਲ, ਸੰਦੇਹ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

By rituals, poise[2] is not found; and without poise ,doubt[4] does not depart. It does not depart by any device; everybody is tired of performing these rituals.

੧੪.ਵੇਮਾਰਗਿ[੧] ਮੂਸੈ[੨] ਮੰਤ੍ਰਿ ਮਸਾਣਿ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੯੪੧) vaemaarag[1] moosai[2] mu(n)thr musaan |
ਉਹ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ[੩] ਭੂਮੀ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਮੰਤ੍ਰ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕੁਰਾਹੇ[੧] ਪੈ ਕੇ ਠਗਿਆ[੨] ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

Having lost his way[1], he is plundered[2]and chants his mantras at cremation grounds.

੧੫.ਕੋਟਿ[੧] ਕਰਮ[੨] ਬੰਧਨ[੩] ਕਾ ਮੂਲ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੯) kott[1] kurum bu(n)dhhun[3] kaa mool [4] |
ਕ੍ਰੋੜਾਂ[੧] ਕਰਮ ਕਾਂਡ (ਧਾਰਮਕ[੨] ਰੀਤਾਂ) ਜੰਜਾਲ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ[੪] ਹਨ।
Millions[1] of rituals and actions taken are the root [4](cause) of entanglements[3.]

## SALVATION-ਮੁਕਤੀ

੧.ਕਰਮੀ[੧] ਆਵੈ ਕਪੜਾ[੨] ਨਦਰੀ[੩] ਮੋਖੁ[੪] ਦੁਆਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੨)
kurumee[1] aavai kupurraa[2] nudhuree[3] mokh[4] dhuaar |
ਨੇਕ ਕੰਮਾਂ[੧] ਦੁਆਰਾ ਦੇਹ ਪੁਸ਼ਾਕ[੨] (ਜੀਵਨ) ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੁਕਤੀ[੪] ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ[੩] ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। The physical robe[2] (human form) is obtained by good actions[1] and salvation [4]comes by the Lord's grace[3].

੨.ਮੰਨੈ ਪਾਵਹਿ ਮੋਖੁ[੧] ਦੁਆਰੁ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੩) mu(n)nai paavehi mokh dhuaar[2] |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮਨਣ ਵਾਲਾ ਮੁਕਤੀ[੧] ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ[੨] ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
The believer or 'obeyer (of the Lord’s dictates) obtains the door[2] of salvation.

੩.ਜਿਸੁ ਅੰਤਰਿ[੧] ਪ੍ਰੀਤਿ[੨] ਲਗੈ ਸੋ ਮੁਕਤਾ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੨) jis a(n)thar[1] preeth lugai so mukuthaa[3] |
ਜਿਸ ਦੇ ਦਿਲ[੧] ਵਿੱਚ (ਪ੍ਰਭੂ ਲਈ) ਪ੍ਰੇਮ[੨] ਹੈ ਉਹ ਬੰਦ ਖਲਾਸ[੩] ਹੈ।
He who has the Lord's love in his heart[1] is emancipated[3].

੪.ਗਲੀ[੧] ਭਿਸਤਿ[੨] ਨ ਜਾਈਐ ਛੁਟੈ[੩] ਸਚੁ ਕਮਾਇ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੧੪੧)
gulee[1] bhisath[2] n jaaeeai shhuttai[3]such kurmaae |
ਕੋਈ ਵੀ ਨਿਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ[੧] ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸੁਰਗਾਂ[੨] ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ। ਸੱਚ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆਂ[੩] ਹੀ ਮੁਕਤੀ[੪] ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
By mere talk[1] none goes to heaven[2]. Emancipation[3] is found by the practice of truth.

੫.ਆਵਨ ਜਾਨਾ ਤਿਹ[੧] ਮਿਟੈ ਨਾਨਕ ਜਿਹ ਮਨਿ ਸੋਇ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੨੫੧)
aavun jaanaa thih[1] mittai naanuk jih man soe[2] |
ਨਾਨਕ,ਉਸ[੧] ਦਾ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ ਜਾਣਾ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਉਹ[੨](ਵਾਹਿਗੁਰੂ)ਵਸਦਾ ਹੋਵੇ।" Nanak!
He[1] who enshrines the Lord[2] in his mind escapes coming and going (transmigration).

੬.ਸਾਚੈ ਸਬਦਿ ਮੁਕਤਿ[੧] ਗੀਤ[੨] ਪਾਏ॥(ਪੰਨਾ ੩੫੨) saachai subadh mukath gath[2] paaeae |
ਸੱਚੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਜੀਵ ਮੁਕਤੀ[1] ਦੀ ਪਦਵੀ[2] ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
Through the True Word of the Guru, one obtains the status[2] of emancipation.

7.ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਸੋ ਆਖੀਐ ਮਰਿ ਜੀਵੈ ਮਰੀਆ॥ (ਪੰਨਾ 449)
jeevun mukath so aakheeai mar jeevai murreeaa |
ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਾਰਦਾ[੩] (ਨਿਮਰ) ਹੈ ਤੇ ਜੀਉਂਦੇ[੪] ਜੀ (ਬੁਰਿਆਈਆਂ ਤੋਂ) ਮਰਿਆ[੫] (ਬਚਿਆ) ਹੋਇਆ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਜੀਵਨ[੧] ਵਿਚ ਹੀ ਮੁਕਤ[੨] ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
He who effaces his own self and is dead (free from ego) while alive, is said to have been delivered even while living.

੮.ਕਹਤ ਕਬੀਰ ਸੁਨਹੁ ਰੇ ਲੋਈ[੧]॥ ਰਾਮ ਨਾਮ ਬਿਨ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੪੮੧)

kehuth kubeer sunuhu rae loee| raam naam bin mukath n hoee |
ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ-" ਹੇ ਲੋਕੋ! ਤੁਸੀਂ ਸੁਣ ਲਵੋ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮੁਕਤੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।
Kabir says-" Listen, O people that without the Lord's Name one can't attain emancipation."

੯.ਨਾਨਕ ਸਤਿਗੁਰਿ ਭੇਟਿਐ[੧] ਪੂਰੀ ਹੋਵੈ ਜੁਗਤਿ[੨]॥
ਹਸੰਦਿਆ ਖੇਲੰਦਿਆ ਪੈਨੰਦਿਆ ਖਾਵੰਦਿਆ ਵਿਚੇ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤਿ॥(ਪੰਨਾ ੫੨੨)
naanuk sathigur bhaettiai[1] pooree hovai jugath[2] |
husu(n)dhiaa khaelu(n)dhiaa painu(n)dhiaa khaavu(n)dhiaa vichae hovai mukath | ਹੇ ਨਾਨਕ ਜੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮਿਲ[੧] ਪਵੇ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਠੀਕ ਜਾਚ[੨] ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਸਦਿਆਂ, ਖੇਡਦਿਆਂ, ਖਾਂਦਿਆਂ ਤੇ ਪਹਿਨਦਿਆਂ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈਦੀ ਹੈ।
Meeting[1] with the true Guru, one knows the right way[2] and while playing, laughing, dressing and eating (living a full life of house holder), one gets emancipation.

੧੦. ਨਾਨਕ ਜਿਨ ਕੈ ਹਿਰਦੈ[੧] ਵਸਿਆ ਮੋਖ[੨] ਮੁਕਤਿ ਤਿਨ੍ਹ ਪਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੫੬੫)
naanuk jin kai hirudhai vasiaa mokh mukath thinh paaeiaa |
"ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ[੧] ਵਿੱਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ (ਦਾ ਨਾਮ) ਵਸਦਾ ਹੈ ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਮੁਕਤੀ[੨] ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ"। – ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ

ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

Guru Nanak says-“ He in whose heart abides the Lord, attains salvation.”

੧੧.ਗੁਰਮਤਿ[੧] ਲੇਹੁ[੨] ਪਰਮ[੩] ਪਦੁ[੪] ਪਾਈਐ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੪੧)

gurumath laehu[2] purum[3] pudh paaeeai |

ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤ[੧] (ਉਪਦੇਸ਼) ਤੇ ਤੁਰ[੨] ਕੇ ਬੜੀ ਉੱਚੀ[੩] ਆਤਮਕ ਅਵਸਥਾ[੪] ਹਾਸਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Hold[2] the Guru's wisdom and obtain the supreme[3] status.

੧੨.ਸਾਧਸੰਗਿ ਪਾਵਹੁ[੧] ਪਰਮ[੨] ਗਤੇ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੩੬) saadhhusu(n)g paavuhu purum guthae |

ਸਤਿਸੰਗਤ ਅੰਦਰ ਮਨੁੱਖ ਉੱਚੀ[੨] ਆਤਮਕ[੩] ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ[੧] ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

One attains the sublime state by associating with the saints.

੧੩. ਨਿੰਦਕ ਕੀ ਗਤਿ[੧] ਕਤਹੂ[੨] ਨਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੫) ni(n)dhuk kee gath kuthehoo[2] naahi |

ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕਦੇ[੨] ਮੁਕਤੀ[੧] ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। The slanderer never[2] obtains salvation.

੧੪.ਮੁਕਤਿ[੧] ਦੁਆਰਾ[੨] ਸੋਈ ਪਾਏ ਜਿ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ[੩] ਗਵਾਇ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੭੬)

mukath dhuaaraa soee paaeae j vichuhu aap[3] guvaae |

ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ) ਮੋਖਸ਼[੧] ਦੇ ਦਰ[੨] ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਾਭਾਵ[੩] ਦੂਰ ਕਰ[੪] ਸਕਦਾ ਹੈ।

One can obtain the door of salvation if one rids oneself of ego[3].

੧੫.ਹਰਖੁ[੧] ਸੋਗੁ[੨] ਜਾ ਕੈ ਨਹੀ ਬੈਰੀ[੩] ਮੀਤ[੪] ਸਮਾਨਿ[੫]॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ ਮੁਕਤਿ ਤਾਹਿ ਤੈ ਜਾਨਿ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੧੪੨੭)

hurukh[1] sog[2] jaa kai nehee bairee[3] meeth sumaan[5] |
kuhu naanuk sun rae munaa mukath thaahi thai jaan |

ਹੇ ਮਨ! ਸੁਣ, ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਖੁਸ਼ੀ[੧] ਗ਼ਮੀ[੨] ਬਰਾਬਰ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੁਸ਼ਮਣ[੩] ਤੇ ਮਿੱਤਰ[੪] ਇੱਕੋ[੫] ਜਿਹੇ ਲਗਦੇ ਹੋਣ ਉਸ ਨੂੰ ਮੋਖਿਸ਼ ਹੋਇਆ ਹੀ ਸਮਝ[੬]।

He who is affected neither by joy[1] nor by sorrow[2] and looks upon friend and foe[3] as one[5], deem him as emancipated.

੧੬.ਰਾਜੁ ਨ ਚਾਹਉ ਮੁਕਤਿ ਨ ਚਾਹਉ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ[੧] ਚਰਨ ਕਮਲਾਰੇ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੫੩੪)

raaj n chaaho mukath n chaaho man preeth churun kumulaarae[2] |

ਮੈਂ ਰਾਜ ਨਹੀਂ ਮੰਗਦਾ, ਮੁਕਤੀ ਨਹੀਂ ਮੰਗਦਾ, ਮੈਂ ਕੇਵਲ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਮਨ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ) ਕੌਲ[੨] ਫੁੱਲਾਂ ਵਰਗੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਟਿਕਿਆ[੧] ਰਹੇ।

I do not seek power,and I do not seek salvation (I want that), my mind is in love with the Lotus[2] Feet (of the Lord).

## SERVICE-ਸੇਵਾ

੧.ਜਿਨਿ ਸੇਵਿਆ[੧] ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ਮਾਨੁ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੨)    jin saeviaa thin paaeiaa maan |
ਜਿਸ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਟਹਿਲ[੧] ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਉਸ ਨੂੰ ਵਡਿਆਈ[੨] ਮਿਲੀ ।   He who serves Him is honored.

੨.ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ ਸੇਵ ਕਮਾਈਐ[੧]॥ਤਾ ਦਰਗਹ[੨] ਬੈਸਣੁ[੩] ਪਾਈਐ॥(ਪੰਨਾ ੨੬)
vich dhuneeaa saev kumaaeeai |thaa dhurugeh[2] baisun[3]paaeeai |
ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਅੰਦਰ ਸੁਆਮੀ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਦੀ ਚਾਕਰੀ[੧] ਕਰ ਤਾਂ ਤੈਨੂੰ ਮਾਲਕ ਦੇ ਦਰਬਾਰ[੨] ਵਿੱਚ ਬੈਠਣ[੩] ਦੀ ਥਾਂ ਮਿਲੇਗੀ।
In this world perform the Lord's service, then you shall get a seat[3]in the master's court[2].

੩.ਟਹਲ[੧] ਕਰਹੁ ਤਉ ਏਕ ਕੀ ਜਾ ਤੇ ਬ੍ਰਿਥਾ[੨] ਨ ਕੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੨੫੫)
ttehul[1] kuruhu tho eaek kee jaa thae brithaa[2] n koe |
ਕੇਵਲ ਇੱਕ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਦੀ ਸੇਵਾ[੧] ਭਗਤੀ ਕਰ ਜਿਸ ਦੇ ਦਰ ਤੋਂ ਕੋਈ ਖਾਲੀ[੨] ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।
Serve[1]the one Lord from whom none returns empty-handed[2].

੪.ਚਾਰਿ ਪਦਾਰਥ[੧] ਜੇ ਕੋ ਮਾਗੈ॥ ਸਾਧ ਜਨਾ ਕੀ ਸੇਵਾ ਲਾਗੈ॥(ਪੰਨਾ ੨੬੬)
chaar pudhaaruth[1] jae ko maagai[  saadh junaa kee saevaa laagai |
ਜੇ ਕੋਈ ਚਾਰ ਵੱਡੀਆਂ[੧] ਦਾਤਾਂ (ਧਰਮ, ਅਰਥ, ਕਾਮ ਤੇ ਮੋਖ) ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
He, who wants four cardinal boons[1], should do the service of holy men.

5.ਸੇਵਾ ਕਰਤ ਹੋਇ ਨਿਹਕਾਮੀ[1]॥ਤਿਸ ਕਉ ਹੋਤ ਪਰਾਪਤਿ[2] ਸੁਆਮੀ[3]॥(ਪੰਨਾ 286)
saevaa kuruth hoe nihukaamee[1] | this ko hoth puraapath[2] suaamee |
ਜੋ ਫਲ ਦੀ ਇੱਛਾ[੧] ਬਗੈਰ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਨੂੰ ਪਾ[੩] ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
He who serves without[1] desire for reward attains [2]to the Lord.

੬.ਆਪੁ ਗਵਾਇ[੧] ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਤਾ ਕਿਛੁ ਪਾਏ ਮਾਨੁ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੪੭੪)

aap guvaae[1] saevaa kurae thaa kishh paaeae maan |
ਜੇਕਰ ਸੇਵਕ ਹੰਕਾਰ[੧] ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਕੁਝ ਇੱਜ਼ਤ[੨] ਪਾਂਦਾ ਹੈ।

If one loses[1] one's self and then serves, one gets honor.

੭. ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਚਾਕਰੀ[੧] ਜਿਤੁ ਭਉ[੨] ਖਸਮ[੩] ਨ ਜਾਇ॥
ਨਾਨਕ ਸੇਵਕ ਕਾਢੀਐ[੪] ਜਿ ਸੇਤੀ[੫] ਖਸਮ ਸਮਾਇ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੪੭੫)

eaeh kinaehee chaakuree[1] jith bho[2] khusum n jaae |
naanuk saevuk kaadteeai j saethee khusum sumaae |
ਜਿਸ ਸੇਵਾ[੧] ਦੇ ਕਰਨ ਨਾਲ (ਸੇਵਕ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿਚੋਂ) ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ[੩] ਦਾ ਡਰ[੨] ਦੂਰ ਨ ਹੋਵੇ ਉਹ ਸੇਵਾ ਅਸਲੀ ਨਹੀਂ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਅਸਲੀ ਸੇਵਕ ਉਹੀ ਹੁੰਦਾ[੪] ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ[੫] ਨਾਲ ਇੱਕ[੬] ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

What kind of service[1] is this by which the fear[2] of the Master does not disappear? Guru Nanak says-" He alone is called the true servant who merges with his Master."

੮.ਆਪੁ ਛੋਡਿ[੧] ਸੇਵਾ ਕਰੀ ਪਿਰੁ[੨] ਸਚੜਾ ਮਿਲੈ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਏ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੫੮੩)

aap shhodd saevaa kuree pir[2] suchurraa milai sehuj subhaaeae[3] |
ਸੱਚਾ ਸੁਆਮੀ[੨](ਵਾਹਿਗੁਰੂ)ਸੁਭਾਵਕ ਹੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਹੰਕਾਰ ਤਿਆਗ[੧]ਕੇ ਉਸਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

The true spouse[2] (the Lord) meets spontaneously[3] if one serves Him selflessly.

੯.ਬਿਨੁ[੧] ਸੇਵਾ ਫਲੁ[੨] ਕਬਹੁ ਨ ਪਾਵਸਿ[੩] ਸੇਵਾ ਕਰਣੀ ਸਾਰੀ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੯੯੨)

bin saevaa ful kubuhu n paavas saevaa kurunee saaree[4] |
ਟਹਿਲ ਸੇਵਾ ਬਗੈਰ[੧] ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਦੇ ਮੇਵਾ[੨] ਪ੍ਰਾਪਤ[੩] ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸੇਵਾ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ[੪] ਅਮਲ ਹੈ।

No objectives are fulfilled without service. In service lies the purest[4] action.

੧੦.ਗਣਤੈ[੧] ਸੇਵ[੨] ਨ ਹੋਵਈ ਕੀਤਾ[੩] ਥਾਇ[੪] ਨ ਪਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੬)

gunuthai[1] saev n hovee keethaa thhaae[4] n paae |
ਜੇ ਕੋਈ ਗਿਣ[੧] ਕੇ ਸੇਵਾ[੨] ਕਰੇ, ਉਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਬੂਲ[੪] ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਯੋਗ ਸੇਵਾ[੩] ਨਹੀਂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ।

If one calculates[1] (one's service), one serves not well and the service is not approved[4].

੧੧. ਸਾ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਸਫਲ ਹੈ ਜਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਮਨੁ ਮੰਨੇ॥(ਪੰਨਾ ੩੧੪)

saa saevaa keethee suful hai jith sathigur kaa mun mu(n)nae |
ਜਿਸ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਗੁਰਾਂ ਦਾ ਮਨ (ਸਿੱਖ ਤੇ) ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋ ਜਾਵੇ ਉਹ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਫਲਦਾਇਕ ਹੈ।

Fruitful is that service, which is pleasing to the Guru's mind.

੧੨.ਜੇਤੇ ਜੀਅ ਤੇਤੇ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਵਿਣੁ ਸੇਵਾ ਫਲੁ ਕਿਸੈ ਨਾਹੀ॥(ਪੰਨਾ ੩੫੪)

jaethae jeea thaethae sabh thaerae vin saevaa ful kisai naahee |
ਹੇ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਇਹ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਤੇਰੇ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਸੇਵਾ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਫਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

(O God! ) All living being are Yours. Without selfless service, no one obtains any reward.

੧੩. ਮੁਕਤਿ[੧] ਭੁਗਤਿ[੨] ਜੁਗਤਿ[੩] ਤੇਰੀ ਸੇਵਾ ਜਿਸੁ ਤੂੰ ਆਪਿ ਕਰਾਇਹਿ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੭੪੯)

mukath bhugath[2] jugath[3] thaeree saevaa jis thoo(n) aap kuraaeihi |
ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਤੇਰੀ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਹੀ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ[੧] ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ[੨] ਸੁਖ ਤੇ ਚੰਗੀ ਜੀਵਨ[੩] ਜਾਚ ਹੈ।(ਪਰ ਤੇਰੀ ਸੇਵਾ ਭਗਤੀ ਉਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ) ਜਿਸ ਪਾਸੋਂ ਤੂੰ ਆਪ[੪] ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।

Salvation, comfort[2] and proper lifestyle[3] come from serving You; You alone cause us to serve You.

## ੧੪. ਨਿਹਕਪਟ[1] ਸੇਵਾ ਕੀਜੈ ਹਰਿ ਕੇਰੀ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਮਨ ਸਰਬ ਸੁਖ ਪਾਈਐ(ਪੰਨਾ੮੬੧)

nihukuputt[1] saevaa keejai har kaeree thaa(n) maerae mun  surub sukh peai |
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ-ਭਗਤੀ ਸੱਚੇ[1] ਦਿਲੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਹਾਸਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

Serve the Lord with clean[1] heart, and then, O my mind, you shall find total peace.

## ੧੫.ਸਗਲ ਸਿਆਨਪ ਛਾਡਿ॥ਕਰਿ ਸੇਵਾ ਸੇਵਕ[1] ਸਾਜਿ[2] ॥(ਪੰਨਾ ੮੯੫)

sugul siaanup shhaadd. Kar saevaa saevuk saaj[2] |
(ਹੇ ਮਨ!) ਤੂੰ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਤਿਆਗ ਦੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਗੋਲਾ[1] ਬਣਾ[2] ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰ।

(O mind!) Abondon all your clever tricks. Become[2] His Servant, and serve Him.

## ੧੬.ਜਿਚਰੁ ਅੰਦਰ ਸਾਸੁ ਤਿਚਰੁ ਸੇਵਾ ਕੀਚੈ ਜਾਇ ਮਿਲੀਐ ਰਾਮ ਮੁਰਾਰੀ[1]॥(ਪੰਨਾ ੯੧੧)

jichur a(n)dhar saas thichur saevaa keechai jaae mileeai raam muraaree[1] |
ਜਿਤਨਾ ਚਿਰ (ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ) ਸੁਆਸ ਹਨ ਉਤਨਾ ਚਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸੇਵਾ-ਭਗਤੀ ਕਰ। (ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[1] ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

As long as there is breath within you, so long you should serve the Lord; then, you will go and meet the Lord[1].

# SLANDER-ਨਿੰਦਿਆ

੧. ਅਸੰਖ[1] ਨਿੰਦਕ[2] ਸਿਰਿ ਕਰਹਿ[3] ਭਾਰੁ[4]॥(ਪੰਨਾ ੪) asu(n)kh[1] ni(n)dhuk[2] sir kurehi bhaar |
ਅਣਗਿਣਤ[1] ਨਿੰਦਿਆ[2] ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਕੇ) ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਤੇ (ਪਾਪਾਂ ਦਾ) ਬੋਝ[4]ਚੁੱਕਦੇ[3] ਹਨ।
Innumerable[1] are the slanderers[2] who carry on their head load (of sins of slandering others).

੨.ਪਰ[1] ਨਿੰਦਾ ਪਰ ਮਲੁ[2] ਮੁਖਿ ਸੁਧੀ[3] ਅਗਨਿ ਕ੍ਰੋਧੁ[4] ਚੰਡਾਲੁ[5]॥(ਪੰਨਾ ੧੫)
pur[1] ni(n)dhaa pur mul mukh sudhhee[3] agan krodhh chu(n)ddaal[5] |
ਕਿਸੇ[1]ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨੀ ਨਿਰਪੁਰੀ[3] ਪਰਾਈ ਮੈਲ[2]ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣੀ ਹੈ ਤੇ ਕ੍ਰੋਧ[4] ਦੀ ਅੱਗ ਇੱਕ ਚੰਡਾਲ[5] ਹੈ।
One's[1] slander is nothing but[3] the dirt of other that one's tongue tastes and the fire of anger is like a wicked person[5].

੩.ਪਰ ਨਿੰਦਾ ਕਰੇ ਅੰਤਰਿ[1] ਮਲੁ[2] ਲਾਏ॥ਬਾਹਰਿ ਮਲੁ ਧੋਵੈ ਮਨ ਕੀ ਜੂਠਿ[3] ਨ ਜਾਏ॥(ਪੰਨਾ ੮੮)
pur ni(n)dhaa kurae a(n)thar mu[1] laaeae | baahar mul dhhovai mun kee joot(h)[3] n jaaeae |
ਜੀਵ ਪਰਾਈ ਨਿੰਦਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ[1] ਨੂੰ ਗੰਦਾ[2] ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ (ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਕੇ) ਬਾਹਰਲੀ ਗੰਦਗੀ ਧੋ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਦੀ ਮੈਲ[3] ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ।
If one slanders others one gathers dirt[1] within. He washes off the filth from outside (body), but his heart's impurity[3]does not go.

੪.ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ[1] ਕੀ ਪੁਜੈ[2] ਨ ਆਸਾ[3]॥(ਪੰਨਾ ੨੮੦) su(n)th kae dhokhee[1] kee pujai[2] n aasaa |
ਸਾਧੂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ[1] ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਖਾਹਿਸ਼[3] ਪੂਰੀ[2] ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
The wishes of the slanderer[1] of saints are not fulfilled.[2]

੫.ਅਵਖਧ[1] ਸਭੇ[2] ਕੀਤਿਅਨ[3] ਨਿੰਦਕ ਕਾ ਦਾਰੂ[4] ਨਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੩੧੫)
avukhudhh[1] subhae keethian ni(n)dhuk kaa dhaaroo naahi |
ਸਾਰੇ[2] ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ[1] ਬਣਾਏ[3] ਗਏ ਹਨ, ਪਰ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਕੋਈ ਦਵਾਈ[4] (ਇਲਾਜ) ਨਹੀਂ ਹੈ।
Many medicines[1] are produced, but there is no cure for the (malady of a) slanderer.

੬.ਨਿੰਦਕਾਂ ਪਾਸਹੁ[1] ਹਰਿ[2] ਲੇਖਾ[3] ਮੰਗਸੀ ਬਹੁ[4] ਦੇਇ ਸਜਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੩੧੬)
ni(n)dhukaa(n) paasuhu har laekhaa mu(n)gussee buhu[4] dhaee sujaaee |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ[2] ਨਿੰਦਕਾਂ ਕੋਲੋਂ[1] ਹਿਸਾਬ ਕਿਤਾਬ[3] ਮੰਗੇਗਾ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਖਤ[4] ਸਜ਼ਾ ਦੇਵੇਗਾ।
The Lord shall call to account the slanderers and will punish them severely[4].

੭.ਜਨ[1] ਕਬੀਰ ਕਉ ਨਿੰਦਾ ਸਾਰੁ[2]॥ ਨਿੰਦਕੁ ਡੂਬਾ ਹਮ ਉਤਰੇ ਪਾਰਿ॥(ਪੰਨਾ ੩੩੯)
jun kubeer ko ni(n)dhaa saar[2] | ni(n)dhuk ddoobaa hum outhurae paar |
ਦਾਸ[1] ਕਬੀਰ ਲਈ ਨਿੰਦਾ (ਉਸ ਦੇ ਔਗੁਣਾਂ ਦਾ ਨਸ਼ਰ ਹੋਣਾ) ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ[2] ਗੱਲ ਹੈ। ਨਿੰਦਕ (ਪਾਪਾਂ ਵਿੱਚ) ਡੁੱਬ ਗਿਆ ਹੈ, ਤੇ ਅਸੀਂ (ਆਪਣੇ ਔਗੁਣਾਂ ਦੀ ਚੇਤਾਵਨੀ ਨਾਲ) ਬਚ ਨਿਕਲੇ।
To the slave Kabir slander is the best thing[2]. The slanderer is drowned (due to his sins) and I am ferried across (as I was warned of my demerits).

੮.ਅਰੜਾਵੈ[੧] ਬਿਲਲਾਵੈ[੨] ਨਿੰਦਕ॥
ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ[੩] ਪਰਮੇਸਰੁ[੪] ਬਿਸਰਿਆ[੫] ਆਪਣਾ ਕੀਤਾ ਪਾਵੈ ਨਿੰਦਕੁ॥(ਪੰਨਾ੩੭੩)

arurraavai[1] bilulaavai[2] ni(n)dhuk |
paarbrehum[3] purumaesur bisariaa apunaa keethaa paavai ni(n)dhuk |
ਨਿੰਦਕ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ[੧] ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਿਰਲਾਪ[੨] ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ[੩] ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੪] ਨੂੰ ਭੁਲਾ[੫] ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ (ਨਿੰਦਿਆ) ਦਾ ਫਲ ਭੋਗਦਾ ਹੈ।

The slanderer cries[1] and wails[2]. He has forsaken the Primal Lord[3], the supreme being, and receives the reward of his actions.

੯.ਨਿੰਦਕਿ ਅਹਿਲਾ[੧] ਜਨਮੁ[੨] ਗਵਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੩੮੦)

ni(n)dhak ahilaa[1] junumguvaaeiaa ।

ਨਿੰਦਕ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ[੨] ਵਿਆਰਥ[੧] ਗੁਆ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

A slanderer loses his life in vain[1].

੧੦.ਨਿੰਦਕ ਕੀ ਗਤਿ[੧] ਕਤਹੂੰ[੨] ਨਾਹੀ ਖਸਮੈ[੩] ਏਵੈ[੪] ਭਾਣਾ[੫]॥(ਪੰਨਾ ੩੮੧)

ni(n)dhuk kee gath[1] kuthehoo(n) naahee khusumaid eaevai bhaanaa[5] |
ਪ੍ਰਭੂ[੩] ਦੀ ਰਜ਼ਾ[੫] ਇਉਂ[੪] ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਨਿੰਦਕ ਨੂੰ ਕਿਧਰੇ[੨] ਵੀ ਮੋਖਸ਼[੧] (ਉੱਚੀ ਆਤਮਕ ਅਵਸਥਾ) ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

For the slanderer there is no salvation[1] anywhere. Such is the will[5] of the Lord.

੧੧.ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨਾ ਨਿੰਦਕਾ[੧] ਤਿਤੁ ਸਚੈ ਦਰਬਾਰਿ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੬੪੯)

muh kaalae thinaa ni(n)dhukaa thith suchai dhurubaar ।
ਨਿੰਦਕਾਂ[੧] ਦੇ ਮੂੰਹ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ) ਸੱਚੀ ਦਰਗਾਹ[੨] ਵਿੱਚ ਕਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

The faces of the salanders are blackened in the Lord`s true court.

1. ੧੨.ਨਿੰਦਾ ਭਲੀ ਕਿਸੈ ਕੀ ਨਾਹੀ ਮਨਮੁਖ[੧] ਮੁਗਧ[੨] ਕਰੰਨਿ[੩]॥
ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨ ਨਿੰਦਕਾ ਨਰਕੇ[੪] ਘੋਰਿ[੫] ਪਵੰਨਿ॥(ਪੰਨਾ ੭੫੫)

ni(n)dhaa bhulee kisai kee naahee munumukh mugudhh[2]kuru(n)n |
muh kaalae thin nindhakaa narakae ghor[5] pavann |
ਕਿਸੇ ਦੀ ਵੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਨੀ ਬੁਰੀ ਹੈ। ਮਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲਗਣ[੧] ਵਾਲੇ ਮੂਰਖ[੨] ਹੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਦੇ[੩] ਹਨ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ) ਕਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਭਿਆਨਕ[੩] ਨਰਕ[੪] ਵਿੱਚ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

It is not good to slander any one. Only the foolish[2] egocentrics indulge in it. Their faces are blackened (hereafter) and they are thrown into the dark[3] hell.

੧੩.ਨਿੰਦਕੁ ਐਸੇ ਹੀ ਝਰਿ[੧] ਪਰੀਐ॥
ਇਹ ਨੀਸਾਨੀ[੨] ਸੁਨਹੁ ਤੁਮ ਭਾਈ ਜਿਉ ਕਾਲਰ[੩] ਭੀਤਿ[੪] ਗਿਰੀਐ॥(ਪੰਨਾ੮੨੩)

ni(n)dhuk aisae hee jhaar pureeai|
eih neesaanee suhunu thum bhaaee jio kaalur[3] bheet[4] gireeai |
ਹੇ ਭਾਈ! ਸੁਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਲਰ[੩] ਦੀ ਕੰਧ[੪] (ਕਿਰ-ਕਿਰ ਕੇ) ਡਿੱਗ[੧] ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿੰਦਕ ਵੀ (ਜੀਵਨ ਦੀ ਉੱਚਤਾ ਤੋਂ) ਡਿੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਨਿੰਦਕ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਇਹ (ਵਿਸ਼ੇਸ਼) ਨਿਸ਼ਾਨੀ[੨] ਹੈ।

O brother, note the distinctive mark of the slander that he falls crumbling like the wall[4] of saltpeter[3].

੧੪.ਜਉ ਦੇਖੈ ਛਿਦ੍ਰੁ[੧] ਤਉ ਨਿੰਦਕੁ ਉਮਾਹੈ[੨] ਭਲੋ[੩] ਦੇਖਿ ਦੁਖ[੪] ਭਰੀਐ॥
ਆਠ ਪਹਰ[੫] ਚਿਤਵੈ[੬] ਨਹੀ ਪਹੁਚੈ[੭] ਬੁਰਾ ਚਿਤਵਤ[੮] ਚਿਤਵਤ ਮਰੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੮੨ )

jo dhaekhai shhidhru[1] tho ni(n)dhuk oumaah[2] bhulo dhaekh dhukh bhureeai |

aat(h) pehur chithuvai[6] nehee puhuchai buraa chithuvuth chithuvuth mureeai |
ਨਿੰਦਕ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੋਈ ਨੁਕਸ[1] ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਖੁਸ਼[2] ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਗੁਣ[3] ਦੇਖ ਕੇ ਦੁਖੀ[4] ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ[5] ਵੇਲੇ ਨਿੰਦਕ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾਈ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਾ[6] ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ[7] ਤੇ ਬੁਰਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਉਂਤ[8] ਸੋਚਦਾ ਸੋਚਦਾ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

When the slanderer sees a fault[1]in some one, he is pleased[2], but seeing good, he gets sad. He thinks[6] of doing bad to others , but can't accomplish it. He dies in contemplation of evil.

੧੫.ਨਿੰਦਕੁ ਪ੍ਰਭੂ ਭੁਲਾਇਆ ਕਾਲੁ[1] ਨੇਰੈ[2] ਆਇਆ ਹਰਿ ਜਨ[3]ਸਿਉ ਬਾਦੁ ਉਠਰੀਐ[5]॥(ਪੰਨਾ ੮੨੩)

ni(n)dhuk prubhoo bhulaaeiaa kaal[1] naerai aaeiaa har jun sio baadh out(h)ureeai |
ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਮੌਤ[1] ਨੇੜੇ[2] ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸੰਤਾਂ[3] ਨਾਲ ਝਗੜਾ[4] ਖੜਾ ਕਰ[5] ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

The slanderer forsakes the Lord, his death[1] draws near (because) he raises strife with the saints.

੧੬.ਜੇ ਓਹੁ ਅਠਸਠਿ[1] ਤੀਰਥ ਨ੍ਹਾਵੈ॥ ਜੇ ਓਹੁ ਦੁਆਦਸ[2] ਸਿਲਾ[3] ਪੂਜਾਵੈ॥
ਜੇ ਓਹੁ ਕੂਪ[4] ਤਟਾ[5] ਦੇਵਾਵੈ॥ਕਰੈ ਨਿੰਦ ਸਭ ਬਿਰਥਾ[6] ਜਾਵੈ॥(ਪੰਨਾ ੮੭੫)

je ouhu at(h)usat(h)[1] theeruthh nhaavai| jae ouhu dhuaadhus[2] silaa[3] poojaavai |
jae ouhu koop[4] thuttaa[5] dhaevaavai | kurai ni(n)dh subh biruthhaa jaavai |
ਜੇ ਕੋਈ ੬੮[1] ਤੀਰਥਾਂ ਦਾ ਇਸ਼ਨਾਨ ਵੀ ਕਰੇ, ਜੇ ਬਾਰ੍ਹਾਂ[2] ਸ਼ਿਵਲਿੰਗਾਂ[3] ਦੀ ਪੂਜਾ ਵੀ ਕਰੇ ਅਤੇ (ਜੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ) ਖੂਹ ਤੇ ਤਲਾਬ[5] ਬਣਵਾਏ, ਪਰ ਜੇ ਉਹ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ[6] ਨਹੀਂ।

If one bathes oneself at all the sixty eight[1] pilgrim stations, worships all the twelve[2] lingams[3] of stone and dedicates wells[4] and tanks[5], but if one slanders, these works go in vain.

੧੭.ਮਨਮੁਖੁ ਨਿੰਦਾ[1] ਕਰਿ ਕਰਿ ਵਿਗੁਤਾ[2]॥(ਪੰਨਾ ੧੦੪੬)

munumukh ni(n)dhaa kar kar viguthaa[2] |
ਮਨ ਦੇਪਿੱਛੇ ਲਗਣ ਵਾਲਾ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਬਦਖੋਈ[1] ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਖੁਆਰ[2] ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

The egocentric slanders others and is thus wasted away[2].

੧੮.ਸੰਤ ਜਨਾ ਕੀ ਨਿੰਦਾ[1] ਵਿਆਪਸਿ ਪਸੂ[2] ਭਏ[3] ਕਦੇ ਹੋਹਿ ਨ ਨੀਕੇ[4]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੨੬)

su(n)th junaa kee ni(n)dhaa viaapas pusoo bheae[3] kudhae hohi n neekae |
ਜਿਹੜੇ ਬੰਦੇ ਚੰਗੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ[1] ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਡੰਗਰ[2] ਬਣਨਗੇ[3] ਅਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਨੇਕ[4] ਨਹੀਂ ਬਨਣਗੇ।

Those who slander the saints shall become[3] beasts and will never be good.

੧੯.ਪ੍ਰਥਮੇ[1] ਛੋਡੀ ਪਰਾਈ ਨਿੰਦਾ[2]॥ਉਤਰਿ[3] ਗਈ ਸਭ ਮਨ ਕੀ ਚਿੰਦਾ[4]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੭)

pruthhumae[1] shhoddee puraaee ni(n)dhaa |
outhar gee subh mun kee chi(n)dhaa[4] |
ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ[1] ਮੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ[2] ਕਰਨੀ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਸਾਰੀ ਚਿੰਤਾ[4] ਦੂਰ[3] ਹੋ ਗਈ।

At first [1] 1 gave up slandering others. Then all the cares[4] of my mind were dispelled[3].

੨੦.ਨਿੰਦਕ ਕਉ ਫਿਟਕੇ[1] ਸੰਸਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੫੧) ni(n )dhuk ko fittukae[1] su(n)saar |
ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਜਗਤ[1] ਫਿਟਕਾਰਾਂ[1] ਪਾਂਦਾ ਹੈ। The world curses[1] the slanderer.

੨੧.ਜਿਨ ਅੰਦਰਿ ਨਿੰਦਾ ਦੁਸਟੁ[1] ਹੈ ਨਕ ਵਢੇ[2] ਨਕ[3] ਵਢਾਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੪)

jin (an)dhar ni(n)dhaa dhustt[1] hai nuk vudtae nuk vudtaaeiaa |

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਨਿੰਦਿਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਭੈੜੀ[੧] ਆਦਤ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨੱਕ ਕੱਟਿਆ[੨] ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਥਾਂ ਹੌਲੇ[੩] ਪੈਂਦੇ ਹਨ।
They with whom is the wicked[1] slander, shame on them. They command no respect.

੨੨.ਨਿੰਦਾ ਕਹਾ ਕਰਹੁ ਸੰਸਾਰਾ[੧]॥ਨਿੰਦਕ ਕਾ ਪਰਗਟਿ[੨] ਪਾਹਾਰਾ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੮੭੫)
ni(n)dhaa kehaa kuruhu su(n)saaraa | ni(n)dhuk kaa purugatt paahaaraa[3] |
ਹੇ ਦੁਨੀਆ[੧] ਦੇ ਲੋਕੋ! ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਪੋਲ[੩] ਵੀ ਛੇਤੀ[੨] ਖੁਲ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
Why do you indulge in slander, O people of the world? The emptiness[3]of the slanderer's (malice) is soon exposed.

੨੩.ਨਿੰਦਕ[੧] ਕੀ ਗਤਿ[੨] ਕਤਹੂੰ[੩] ਨਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੫) ni(n)dhuk kee gath kuthehoo naahi |
ਨਿੰਦਿਆ[੧] ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ[੩] ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਮੁਕਤੀ[੨] ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। The slanderer finds no salvation at all.

੨੪.ਟੂਟੀ[੧] ਨਿੰਦਕ ਕੀ ਅਧ ਬੀਚ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੨੪) ttoottee[1] ni(n)dhuk kee adhh beech[2] |
ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਜੀਵਨ ਅਧਵਾਟੇ[੨] ਹੀ ਨਾਸ[੧] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
The slander is destroyed [1]in the mid-stream[2].

## SUPERNATURAL POWERS-ਰਿਧੀਆਂ ਸਿਧੀਆਂ

੧.ਆਪਿ ਨਾਥੁ[੧] ਨਾਥੀ[੨] ਸਭ ਜਾ ਕੀ ਰਿਧਿ[੩] ਸਿਧਿ[੪] ਅਵਰਾ[੫] ਸਾਦ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੬)
aap naath[1] naathee[2] subh jaa kee ridhh[3] sidhh[4] avuraa[5] saadh[6] |
(ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਆਪ ਮਾਲਕ[੧] ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਸ[੨] ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।ਧਨ ਦੌਲਤ[੩] ਤੇ ਕਾਰਮਾਤਾਂ[੪] (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਦੂਰ) ਕਿਸੇ ਹੋਰ[੫] ਪਾਸੇ ਲੈ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸੁਆਦ[੬]ਹਨ।
He Himself is the Master[1] who has all under His control[2]. Riches[3] and miracles[4] are relishes[6] which take one away[5] (from God).

੨. ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਨਉ ਨਿਧਿ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੨੬੨)
prubh kai simuran ridhh sidhh no nidhh[1] |
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਿਚ ਹੀ ਦੌਲਤ, ਕਾਰਮਾਤਾਂ ਅਤੇ ਨੌ ਖਜਾਨੇ[੧] (ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਧਨ) ਹਨ।
In the remembrance of God are wealth, miraculous spiritual powers and the nine treasures[1].

੩. ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਸਭੁ ਮੋਹੁ[੧] ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥(ਪੰਨਾ ੫੯੩)

ridhh sidhh subh mohu[1] hai naam n vusai man aae |

ਧਨ-ਦੌਲਤ (ਦੀ ਲਾਲਸਾ) ਤੇ ਕਰਾਮਾਤਾਂ ਸਭ ਸੰਸਾਰੀ ਲਗਨ[੧] ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਨਾਮ ਵਿਚ ਮਨ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ।

Craving for the world's treasures and miracles are all worldly attachments[1], therefore the Naam does not abide in the mind.

੪.ਸਾ ਸਿਧਿ ਸਾ ਕਰਮਾਤਿ ਹੈ ਅਚਿੰਤੁ[੧] ਕਰੇ ਜਿਸੁ ਦਾਤਿ[੨]॥
ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ਏਹਾ ਸਿਧਿ ਏਹਾ ਕਰਮਾਤਿ॥( ਪੰਨਾ ੬੫੦)

saa sidhh saa kurumaath hai achi(n)th[1] kurae jis dhaath[2] |
naanuk gurumukh har naam man vusai eaehaa sidhh eaehaa kurumaath |

ਓਹੀ ਪੂਰਨਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਓਹੀ ਕਰਾਮਾਤ ਹੈ ਜੋ ਚਿੰਤਾ-ਰਹਿਤ[੧] ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪਣੀ ਬਖਸ਼ੀਸ਼[੨] ਵਜੋਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਹੋ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਮਨ ਵਿਸ ਵਸਾਣਾ ਹੀ ਕਰਾਮਾਤੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤੇ ਪੂਰਨਤਾ ਹੈ।

That alone is the saintliness and that is the occult- power which the Care-free[1] God gives us as His gift.. Nanak says-" Through the Guru, the Lord's Name abides in the mind. This alone is the miracle and this is the supernatural power."

੫.ਚਾਰਿ ਪਦਾਰਥ[੧] ਅਸਟ[੨] ਮਹਾ ਸਿਧਿ ਕਾਮਧੇਨ[੩] ਪਾਰਜਾਤ[੪] ਹਰਿ ਹਰਿ ਰੁਖੁ॥(ਪੰਨਾ ੭੧੭ )

chaar pudhaaruthh[1] asutt[2] mehaa sidhh kaamudhaen[3] paarujaath[4] har har rukh |

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੀ ਚਾਰ ਉੱਤਮ ਦਾਤਾਂ[੧], ਅੱਠ[੨] ਵੱਡੀਆਂ ਕਰਾਮਾਤੀ ਤਾਕਤਾਂ, ਕਾਮਧੇਨ ਗਾਂ[੩] (ਸਵਰਗੀ ਗਾਂ ਜੋ ਹਰ ਇਛਿਆ ਪੂਰੀ ਕਰਦੀ ਹੈ) ਅਤੇ ਕਲਪ ਬਿਰਛ[੪] (ਜੋ ਹਰ ਮੁਰਾਦ ਪੂਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ) ਹੈ।

The Lord himself the four cardinal boons[1], eight[2] supreme supernatural powers, the (wish fulfilling) Kamdhena cow[3] and the celestial tree[4].

੬.ਰਿਧਿ ਬੁਧਿ[੧] ਸਿਧਿ ਗਿਆਨੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਪਾਈਐ ਪੂਰੇ ਭਾਗਿ ਮਿਲਾਇਦਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੩੮)

ridhh budhh[1] sidhh giaan guroo thae paaeeai poorai bhaag milaaeidhaa |

ਧਨ,ਅਕਲ[੧],ਕਰਾਮਾਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਗੁਰਾਂ ਪਾਸੋਂ ਪਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਚੰਗੇ ਭਾਗਾਂ ਨਾਲ ਇਨਸਾਨ ਗੁਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

Riches, intellect[1], spiritual powers and divine wisdom are obtained from the Guru; through the perfect destiny, one meets the Guru.

੭.ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਜਾ ਕਉ ਫੁਰੀ[੧] ਤਬ ਕਾਹੂ ਸਿਉ ਕਿਆ ਕਾਜ॥
ਤੇਰੇ ਕਹਨੇ ਕੀ ਗਤਿ[੨] ਕਿਆ ਕਹਉ ਮੈ ਬੋਲਤ ਹੀ ਬਡ ਲਾਜ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੩)

ridhh sidhh jaa ko furee[1] thub kaahoo sio kiaa kaaj |
thaerae kehunae kee gath2 kiaa keho mai boluth hee budd laaj |

(ਹੇ ਜੋਗੀ!) ਜਦ ਤੈਨੂੰ ਧਨ ਤੇ ਕਰਾਮਾਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਪਰਾਪਤ[੨] ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ ਤਦ ਤੇਰਾ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਕੀ ਕੰਮ ਹੈ? (ਤੂੰ ਤਾਂ ਹਾਲੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਤੇ ਭਟਕਦਾ ਹੈਂ।) ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ[੨] ਬਾਰੇ ਕੀ ਆਖਾਂ? ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸ਼ਰਮ ਆਂਦੀ ਹੈ।

You have[1] riches and miraculous powers; so what business do you have with anyone else? What should I say about the reality [2]of your talk? I am much ashamed even to speak to you.

੮.ਅਸਟ ਸਿਧਿ ਨਵ ਨਿਧਿ ਏਹ॥ ਕਰਮਿ[੧] ਪਰਾਪਤਿ ਜਿਸੁ ਨਾਮੁ ਦੇਹ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੯੪)

asutt sidhh nuv nidhh eaeh. Kurum[1] puraapath jis naam dhaeh |

ਇਹ (ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ) ਅੱਠ ਕਰਾਮਾਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਤੇ ਨੌ ਖਜ਼ਾਨੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਸ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ[੧] ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ

ਹੀ ਇਸ ਨਾਮ ਦੀ ਦਾਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

The eight miraculous powers and the nine treasures are contained in the Name of the Lord. This Name is bestowed when God grants His Grace.[1]

## ੯.ਚਾਰਿ ਪਦਾਰਥ ਅਸਟ ਦਸਾ ਸਿਧਿ ਸਭ ਊਪਰਿ ਸਾਧ ਭਲੇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੨੭)

chaar pudhaaruthh asutt dhusaa sidhh subh oopar saadhh bhulae |

ਚਾਰ ਦਾਤਾਂ (ਧਰਮ,ਅਰਥ,ਕਾਮ ਤੇ ਮੋਖ) ਤੇ ਅਠਾਰਾਂ ਕਰਾਮਾਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਉਪਰ ਹਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨੇਕ ਸੰਤ।

The blessed saints of God are above and beyond the four boons and eighteen supernatural powers.

## ੧੦.ਨਾਇ ਸੁਣਿਐ ਸਭ ਸਿਧਿ ਹੈ ਰਿਧਿ ਪਿਛੈ ਆਵੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੦)

naae suniai subh sidhh hai ridhh pishhai aavai |

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸੁਨਣ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਕਰਾਮਾਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਦੌਲਤ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੇ ਮਗਰ (ਤੁਰੀ) ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

All the supernatural powers are obtained by hearing the Name of the Lord and wealth follows the mortal.

## ੧੧.ਅਕਥ[੧] ਕੀ ਕਥਾ ਸੁਣੇਇ॥ਰਿਧਿ ਬੁਧਿ ਸਿਧਿ ਗਿਆਨੁ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੯੯)

akuthh[1] kee kuthhaa sunaee| ridhh budhh sidhh giaan sudhaa sukh hoe |

ਜੇ ਕੋਈ ਨਾ ਬਿਆਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ[੧] (ਪ੍ਰਭੂ) ਦੀ ਵਾਰਤਾ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, (ਗੁਣ ਸੁਣਦਾ ਤੇ ਗਾਉਂਦਾ ਹੈ) ਉਸ ਨੂੰ ਧਨ-ਦੌਲਤ, ਸਿਆਣਪ,ਕਰਾਮਾਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ,ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨ ਤੇ ਸਦੀਵੀ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

Whoever hears the discourse of the indescribable[1] (Lord), is blessed with wealth, intelligence, supernatural powers, spiritual wisdom and eternal peace.

# SUTTEE-ਸਤੀ

੧.ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਿਨਿ ਪ੍ਰਿਉ[੧] ਪਰਮੇਸਰੁ ਕਰਿ ਜਾਨਿਆ॥
ਧੰਨੁ ਸਤੀ ਦਰਗਹ ਪਰਵਾਨਿਆ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੮੫)

kuhu naanuk jin prio[1] purumaesur kar jaaniaa |
dhhu(n)n suthee dhurugeh puruvaaniaa[2] |
ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ-"ਜਿਸ (ਇਸਤ੍ਰੀ)ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਤੀ[੧] ਨੂੰ ਹੀ ਪਰਮੇਸਰ ਕਰ ਕੇ ਸਮਝਿਆ ਹੈ ਉਹ ਇਸਤ੍ਰੀ ਅਸਲੀ ਸਤੀ ਹੈ। ਉਹ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੀ ਹੈ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹਜੂਰੀ ਵਿਚ ਕਬੂਲ[੨] ਹੈ"।

Nanak says-" She who looks upon her husband[1] as the True Lord, is the blessed suttee and is approved[2] in the God's court."

੨.ਸਤੀਆ ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਨਿ ਜੋ ਮੜਿਆ[੧] ਲਗਿ ਜਲੰਨ੍ਹਿ॥
ਨਾਨਕ ਸਤੀਆ ਜਾਣੀਅਨ੍ਹਿ ਜਿ ਬਿਰਹੇ[੨] ਚੋਟਿ ਮਰੰਨ੍ਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੭੮੭)

sutheeaa eaehi n aakheean jo marria[1]lag julu(n)nih |
naanuk sutheeaa jaaneeanih ji birehae[2] chott muru(n)nih|
ਉਹ (ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ) ਸਤੀ ਹੋ ਗਈਆਂ ਨਹੀਂ ਕਹੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਪਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ[੧] ਨਾਲ ਸੜ ਮਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਤੀ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਤੀ ਦੀ ਮੌਤ ਦੇ ਵਿਛੋੜੇ[੨] ਦੇ ਸਦਮੇ ਨਾਲ ਮਰ ਜਾਣ।

A suttee is not one who burns herself on the pyre[1] of her husband. Nanak! A suttee is one who dies with the shock of separation[2].

੩.ਭੀ ਸੋ ਸਤੀਆ ਜਾਣੀਅਨਿ ਸੀਲ[੧] ਸੰਤੋਖਿ ਰਹੰਨ੍ਹਿ॥
ਸੇਵਨਿ ਸਾਈ ਆਪਣਾ ਨਿਤ ਉਠਿ ਸੰਮ੍ਹਾਲੰਨ੍ਹਿ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੭੮੭)

bhee so sutheeaa jaaneean seel[1] su(n)thokh rehu(n)nih |
saaee aapunaa nith out(h) su(n)mhaalu(n)nih[2] |
ਉਹਨਾਂ (ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ) ਨੂੰ ਵੀ ਸਤੀਆਂ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸੱਚੇ ਆਚਰਨ[੧] ਤੇ ਸੰਤੋਖ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਜੋ ਆਪਣੇ ਸਾਂਈ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਮਰਦੀਆਂ[੨] ਹਨ।

A Suttee is one who lives contended, embellishes herself with good conduct[1], serves her Lord and remembers[2] Him.

੪.ਕੰਤਾ[੧] ਨਾਲਿ ਮਹੇਲੀਆ[੨] ਸੇਤੀ ਅਗਿ ਜਲਾਹਿ॥
ਜੇ ਜਾਣਹਿ ਪਿਰੁ ਆਪਣਾ ਤਾ ਤਨਿ ਦੁਖ ਸਹਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੭੮੭)

ku(n)thaa[1] naal mehaeleeaa[2] saethee ag julaahi |
jae jaanehi pir aapunaa thaa than dhukh sehaahi |

ਵਿਧਵਾ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ[੨] ਆਪਣੇ ਖਸਮਾਂ[੧]ਨਾਲ ਅੱਗ ਵਿਚ ਸੜ ਮਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ (ਵਿਛੋੜੇ ਦੀ) ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਕ ਤਕਲੀਫ ਸਹਾਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

Widows[2]burn themselves on the pyres of their husbands[1], but if they love their husband well, they would suffer the pangs (of separation) even otherwise.

੫.ਨਾਨਕ ਕੰਤ ਨ ਜਾਣਨੀ ਸੇ ਕਿਉ ਅਗਿ ਜਲਾਹਿ॥
ਭਾਵੈ ਜੀਵਉ ਕੈ ਮਰਉ ਦੂਰਹੁ ਹੀ ਭਜਿ ਜਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੭੮੭)

naanuk ku(n)th n jaanunee sae kio ag julaahi |
bhaavai jeevo kai muro dhooruhu hee bhaj jaahi |

ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ-"ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਖਸਮ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਉਹ ਕਿਉਂ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਸੜਦੀਆਂ ਹਨ? ਭਾਵੇਂ ਪਤੀ ਜੀਉਂਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾ ਮਰਿਆ ਹੋਵੇ, ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਪਤਨੀ ਉਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ"।

Guru Nanak says-" If they don't love husbands, why should they burn themselves in fire? The husband be alive or dead, such a woman owns him not."

੬.ਜਲੈ ਨ ਪਾਈਐ ਰਾਮ ਸਨੇਹੀ[੧]॥ ਕਿਰਤਿ[੨] ਸੰਜੋਗਿ ਸਤੀ ਉਠਿ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੮੫)

julai n paaeeai raam sunaehee1 | kirath[2] su(n)jog suthee out(h) hoee|

ਇਸਤ੍ਰੀ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਕਰਮਾਂ[੨] ਕਰਕੇ ਉਠ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਰੇ ਹੋਏ ਪਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸੜ ਜਾਣ ਨਾਲ ਪਿਆਰਾ[੧] ਪਤੀ-ਪ੍ਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ।

By burning oneself, the Beloved [1]Lord is not obtained. Because of her actions of destiny[2]she rises and burns herself, as a *satee.*

੭. ਦੇਖਾ ਦੇਖੀ ਮਨਹਠਿ[੧] ਜਲਿ ਜਾਈਐ॥
ਪ੍ਰਿਅ ਸੰਗੁ ਨ ਪਾਵੈ ਬਹੁ ਜੋਨਿ ਭਵਾਈਐ॥(ਪੰਨਾ ੧੮੫)

dhaekhaa dhaekhee munehat(h)[1] jal jaaeeai |
pria su(n)g n paavai buhu jon bhuvaaeeai |

ਇਸਤ੍ਰੀ ਰੀਸੋ ਰੀਸੀ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਜ਼ਿਦ[੧] ਕਰਕੇ (ਪਤੀ ਦੀ ਚਿਖਾ ਵਿਚ) ਸੜ ਮਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦਾ ਸਾਥ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਅਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

Imitating what she sees, with her stubborn mind-set[1], she surrenders herself to the fire (of her husband's pyre). She does not obtain the company of her Beloved Lord, and she wanders through countless births.

# TOLERATION AND CONTENTMENT-ਧੀਰਜ ਤੇ ਸੰਤੋਖ

੧.ਬਨਾ ਸੰਤੋਖ ਨਹੀ ਕੋਊ ਰਾਜੈ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੨੭੯) binaa su(n)thokh nehee kooo raajai[1]|
ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰੱਜ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਰੱਜਦਾ[੧]।
No one is satisfied[1] without contentment.

2.ਸੇਵ ਕੀਤੀ ਸੰਤੋਖੀਂਈ ਜਿਨ੍ਹੀ ਸਚੋ ਸਚੁ ਧਿਆਇਆ[੧]॥(ਪੰਨਾ ੪੬੬)
saev keethee su(n)thokheeuuee jinhee sucho such dhhiaaeiaa[1] |
ਸੰਤੋਖੀ ਮਨੁੱਖ ਜੋ ਸੱਚੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਸਿਮਰਦੇ[੧] ਹਨ ਅਸਲ ਘਾਲ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹਨ।
Men of contentment who meditate[1] on the Lord do the real service.

੩.ਸੇਖ ਸਬੂਰੀ[੧] ਬਾਹਰਾ[੨] ਕਿਆ ਹਜ ਕਾਬੇ ਜਾਇ॥
ਕਬੀਰ ਜਾ ਕੀ ਦਿਲ ਸਾਬਿਤ ਨਹੀ ਤਾ ਕਉ ਕਹਾਂ ਖੁਦਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੭੪)
saekh subooree[1] baahuraa[2] kiaa huj kaabae jaae |
kubeer jaa kee dhil saabath nehee thaa ko kehaa(n) khudhaae |
ਹੇ ਸ਼ੇਖ! ਜੇ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ[੧] ਨਹੀਂ[੨] ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਬੇ ਹੱਜ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹੇ ਕਬੀਰ! ਜਿਸ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਉਹ ਰੱਬ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ।
O Sheikh! Why do you go for a pilgrimage to Kaaba without[2] patience[1] in your heart? He who does not possess a contended mind can't attain to his Lord.

੪.ਫਰੀਦਾ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਕਰਿ ਚਾਕਰੀ ਦਿਲ ਦੀ ਲਾਹਿ ਭਰਾਂਦਿ[੧]॥
ਦਰਵੇਸਾਂ ਨੋ ਲੋੜੀਐ ਰੁਖਾਂ ਦੀ ਜੀਰਾਂਦਿ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੧)
fureedhaa saahib dhee kar chaakuree dhil dhee laahi bhuraa(n)dh [1]|
dharavaesaa no lorreeai rukhaa dhee jeeraadh [2] |
ਹੇ ਫਰੀਦ, ਤੂੰ ਮਨ ਦਾ ਭਰਮ[੧] ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਬੰਦਗੀ ਕਰ। ਫਕੀਰਾਂ ਦੀ ਸਹਿਣ ਸ਼ਕਤੀ[੨] ਦਰਖਤਾਂ ਵਰਗੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
Farid, cast off your doubt[1] and serve your Lord. Saint is he who has the endurance [2]of a tree.

੫.ਸਤ ਸੰਤੋਖਿ ਰਹਹੁ ਜਨ ਭਾਈ॥ ਖਿਮਾ[੧] ਗਹਹੁ[੨] ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੩੦)
suth su(n)thokh rehuhu jun bhaaee| khimaa[1] gehuhu[2] sathigur surunaaee|
ਹੇ ਮੇਰੇ ਵੀਰੋ! ਤੁਸੀਂ ਸੱਚ ਤੇ ਸਬਰ ਸਿਦਕ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਿਤਾਵੋ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਪੈ ਕੇ (ਕਿਸੇ ਦੀ ਵਧੀਕੀ ਨੂੰ) ਮਾਫ[੧] ਕਰ ਦੇਣ ਦਾ ਗੁਣ ਅਪਨਾਉ[੨]।
O my brothers! Spend your life in truth and contentment, hold[2] on to forgiveness[1] in the refuge of the True Guru.

੬.ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ[੧] ਦਇਆ ਸੰਤੋਖੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੫੨) gur oupudhaes[1] dhaeiaa su(n)thokh|
ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ [੧](ਉੱਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨ) ਨਾਲ (ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ) ਦਇਆ ਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
By following the Guru's teachings[1], compassion and contentment are found.

੭.ਜਬ ਗੁਣ ਗਾਇ ਤਬ ਹੀ ਮਨੁ ਤ੍ਰਿਪਤੈ[੧] ਸਾਂਤਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੯੯)

jub gun gaae thub hee mun thriputhai[1] saa(n)th vusai man aae|

ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ (ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ) ਜਸ ਗਾਂਦਾ ਹੈ,ਉਸ ਦੀ ਆਤਮਾ ਰੱਜ[੧] ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਚੈਨ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Singing is the Praises of the Lord, peace comes to abide within one's mind, and one's soul is satiated[1].

੮.ਸਬਰ ਮੰਝ[੧] ਕਮਾਣ ਏ ਸਬਰੁ ਕਾ ਨੀਹਣੋ[੨]॥
ਸਬਰ ਸੰਦਾ ਬਾਣੁ[੩] ਖਾਲਕੁ[੪] ਖਤਾ ਨ ਕਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੪)

subur mu(n)jh[1] kumaan eae subur kaa neehuno[2]|
subur su(n)dhaa baan[3] khaaluk[4] khuthaa n kuree|

ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ[੧] ਸੰਤੋਖ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਮਾਣ ਬਣਾ, ਸੰਤੋਖ ਹੀ ਤੇਰੀ ਕਮਾਣ ਦਾ ਚਿੱਲਾ [੨](ਤੰਦੀ) ਹੋਵੇ ਤੇ ਸੰਤੋਖ ਹੀ ਤੇਰਾ ਤੀਰ[੩] ਹੋਵੇ। ਤਦੋਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੪] ਤੇਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਖੁੰਜਣ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇ ਗਾ।

Within[1] your mind, make patience the bow, and make your bowstring[2] of patience. Make patience the arrow[3], the Creator [4]will not let you miss the target.

੯.ਸਬਰੁ ਏਹੁ ਸੁਆਉ[੧] ਜੇ ਤੂੰ ਬੰਦਾ ਦਿੜੁ[੨] ਕਰਹਿ॥
ਵਧਿ ਥੀਵਹਿ ਦਰੀਆਉ ਟੁਟਿ ਨ ਥੀਵਹਿ ਵਾਹੜਾ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੩੮੪)

subur eaehu suaao[1] jae thoo(n) bu(n)dhaa dhirr [2]kurehi|
vadhh thheevehi dhureeaao ttutt n thheevehi vaahurraa|[3]

ਹੇ ਬੰਦੇ! ਇਹ ਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਹੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਨੋਰਥ[੧] ਹੈ। ਜੇ ਤੂੰ ਇਸ ਨੂੰ (ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ) ਪੱਕਾ[੨] ਕਰ ਲਵੇਂ ਤਾਂ ਤੂੰ ਵਧ ਕੇ ਇਕ ਵੱਡਾ ਦਰਿਆ ਹੋ ਜਾਵੇਂਗਾ ਤੇ ਵਖਰਾ ਹੋ ਕੇ ਇਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਨਾਲਾ[੩](ਵਹਣ) ਨਹੀਂ ਬਣੇਂਗਾ।(ਸਬਰ ਦਰਿਆਦਿਲੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਤੰਗਦਿਲੀ।)

O man! Contentment is the aim[1] of life; implant[2] this within your being. In this way, you will grow into a great river and you will not break off into a tiny[2]stream.

## TRANSMIGRATION-ਆਵਾਗਵਨ

੧.ਕਈ ਜਨਮ ਭਏ ਕੀਟ[੧] ਪਤੰਗਾ॥ ਕਈ ਜਨਮ ਗਜ[੨] ਮੀਨ[੩] ਕੁਰੰਗਾ[੪]॥
ਕਈ ਜਨਮ ਪੰਖੀ ਸਰਪ ਹੋਇਓ॥ ਕਈ ਜਨਮ ਹੈਵਰ[੫] ਬ੍ਰਿਖ[੬] ਜੋਇਓ॥(ਪੰਨਾ ੧੭੬)

kee junum bheae keeth[1] puthu(n)gaa| kee junum guj [2]meen[3] kuru(n)gaa[4]|

kee junum pu(n)khee surup hoeiou| kee junum haivur5 brikh6 joeiou|
(ਹੇ ਜੀਵ!) ਤੂੰ ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਕੀੜਾ[੧] ਤੇ ਪਤੰਗਾ ਸੈਂ। ਅਨੇਕਾ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਤੂੰ ਹਾਥੀ[੨], ਮੱਛੀ[੩] ਅਤੇ ਹਿਰਨ[੪]ਬਣਦਾ ਰਿਹਾ। ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਤੂੰ ਪੰਛੀ ਸੱਪ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਕਈ ਜੂਨਾਂ ਅੰਦਰ ਤੂੰ ਘੋੜਾ[੫] ਜਾਂ ਬਲਦ[੬] ਬਣ ਕੇ ਜੋਤਿਆ ਗਿਆ।

O mortal! For several births you were a worm [1]or a moth, for several births you were an elephant[2], a fish[3] or a deer[4]; for a several births you became a serpent, and for several births you were yoked as a horse[5] or a bull[6].

੨.ਜੰਮਣੁ ਮਰਣਾ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਭਾਣੈ[1]ਆਵੈ ਜਾਇ॥ (ਪੰਨਾ 472)

ju(n)mun murunaa hukum hai bhaanai [1]aavai jaae|
ਜਨਮ ਤੇ ਮੌਤ (ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ) ਹੁਕਮ ਅੰਦਰ ਹਨ। (ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ) ਰਜ਼ਾ[੧] ਵਿਚ ਜੀਵ ਜੰਮਦਾ ਤੇ ਮਰਦਾ ਹੈ।

Birth and death are subject to the Lord's Will1[1]; through His Will we come and go.

੩.ਜਾ ਆਏ ਤਾ ਤਿਨਹਿ ਪਠਾਏ[੧] ਚਾਲੇ ਤਿਨੈ ਬੁਲਾਇ ਲਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੯੦੭)

jaa aaeae thaa thinehi put(h)aaeae[1] chaalae thinai bulaae laeiaa|
ਜੀਵ ਜਦੋਂ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਹੀ ਭੇਜੇ[੧] ਹੁੰਦੇ ਹਨ।ਜਦੋਂ ਉਹ ਬੁਲਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Mortals come when the Lord sends[1] them and leave when He calls.

੪.ਆਵਾ ਗਉਣੁ ਮਿਟੈ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਆਪੇ ਪਰਖੈ ਬਖਸਿ ਲਇਆ॥(ਪੰਨਾ ੯੪੦)

aavaa goun mittai gur subudhee aapae purukhai bukhas laeiaa|
ਇਹ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਚਕਰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਮਿਟਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਰਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਾਫੀ ਬਖਸ਼ਦਾ ਹੈ।

Transmigration is ended through the Guru's instructions; the Lord Himself tests(the mortal) and grants His forgiveness.

੫.ਲਖ ਚਉਰਾਸੀਹ ਭ੍ਰਮਤੇ ਭ੍ਰਮਤੇ ਦੁਲਭ[੧] ਜਨਮੁ ਅਬ ਪਾਇਓ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੭)

lukh chouraaseeh bhrumuthae dhulubh[1] junum ab paaeiou|
(ਹੇ ਇਨਸਾਨ!) ਚੁਰਾਸੀ ਲਖ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਭੌਂਦਿਆਂ ਭੌਂਦਿਆਂ ਹੁਣ ਤੈਨੂੰ ਇਹ ਕੀਮਤੀ[1] ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।

(O mortal!) Wandering through 8.4millions of existences (myriads of species), you have now attained the precious[1] human birth.

੬.ਆਵਾ ਗਉਣੁ ਹੈ ਸੰਸਾਰਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੫੧) avaa goun hai su(n)saaraa|
ਇਹ ਜਗਤ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਚੱਕਰ ਹੈ। The world is subject to transmigration.

7.ਅਨਿਕ ਜਨਮ ਭ੍ਰਮਤੌ ਹੀ ਆਇਓ ਮਾਨਸ1 ਜਨਮੁ ਦੁਲਭਾਹੀ॥ (ਪੰਨਾ 1207)

anik junum bhrumuthu hee aeiou maanus1 junum dhulubhaahee|
(ਹੇ ਮੂਰਖ ਜੀਵ!) ਕਈ ਜੂਨੀਆਂ ਅੰਦਰ ਭਟਕਣ ਤੋਂ ਪਿਛੇ ਤੈਨੂੰ ਇਹ ਅਮੋਲਕ ਮਨੁੱਖਾ[੧] ਜੀਵਨ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।

(O foolish mortal!) You wandered through countless incarnations, until finally you attained this precious human[1]birth.

੮.ਪਸੁ ਪਰੇਤ[੧] ਉਸਟ[੨] ਗਰਧਬ[੩] ਅਨਿਕ ਜੋਨੀ ਲੇਟ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੨੪)

pus puraeth[1] ousutt[2] gurudhhubh[3] anik jonee laett|
(ਜੀਵ) ਪਸੂ, ਭੂਤ੧,ਊਠ[੨] ਅਤੇ ਖੋਤੇ [੩], ਦੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਰੁਲਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

(A mortal) falls into many existences of beast, ghost[1], camel[2] and donkey[3].

੯.ਗੁਰ ਕੈ ਭਾਣੈ ਜੇ ਚਲੈ ਬਹੁੜਿ[੧] ਨ ਆਵਣੁ ਹੋਇ॥
ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਵਿਸਾਰਿਐ ਆਵਣ ਜਾਣਾ ਦੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੪੮)

gur kai bhaanai jae chulai buhurr[1] n aavun hoe|
naanuk nam visaariai aavun jaanaa dhoe|

ਜੇ ਇਨਸਾਨ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਤੁਰੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮੁੜ[੧] ਕੇ ਜਨਮ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਪੈਂਦਾ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜੇ ਕੋਈ ਨਾਮ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੋਵੇਂ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

Whoever leads his life according to the Guru's Will, shall not be reborn[1]. O Nanak, those who forget the Naam, come and go again and again.

੧੦.ਆਵਾ ਗਉਣੁ[੧] ਰਚਾਇ ਉਪਾਈ ਮੇਦਨੀ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੮੩)

aavaa goun[1]ruchaae oupaaee maedhunee[2]|

(ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਤੂੰ ਜਨਮ ਮਰਨ[੧] (ਦੀ ਮਰਯਾਦਾ) ਬਣਾ ਕੇ ਸੰਸਾਰ [੨]ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

(O God!) Creating transmigration[1], You brought the world [2]into being.

੧੧.ਜੈਸੇ ਹਰਹਟ[੧] ਕੀ ਮਾਲਾ ਟਿੰਡ ਲਗਤ ਹੈ ਇਕ ਸਖਨੀ[੨] ਹੋਰ ਫੇਰ ਭਰੀਅਤ ਹੈ॥
ਤੈਸੋ ਹੀ ਇਹੁ ਖੇਲੁ ਖਸਮ[੩] ਕਾ ਜਿਉ ਉਸ ਕੀ ਵਡਿਆਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੨੯)

jaisae hurehutt[1] kee maalaa tti(n)dd luguth hai eik sukhnee[2] hor faer bhureeath hai |
thaiso hee eihu khael khusum[3] kaa jio ous kee vaddiaaee|

ਜਿਵੇਂ (ਵਗਦੇ) ਖੂਹ[੧] ਦੀ ਮਾਹਲ ਨਾਲ ਟਿੰਡਾਂ ਲਟਕਦੀਆਂ ਹਨ, (ਪਰ ਚਲਣ ਤੇ) ਇਕ ਟਿੰਡ ਖਾਲੀ[੨] ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੩] ਦਾ ਰਚਿਆ ਇਹ ਜਗਤ-ਰਚਨਾ ਦਾ ਤਮਾਸ਼ਾ ਹੈ। (ਕੁਝ ਇਥੋਂ ਕੂਚ ਕਰਕੇ ਥਾਂ ਖਾਲੀ ਕਰ ਜਾਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੁਝ ਜਨਮ ਲੈ ਕੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।) ਇਹ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

Just as the buckets hang on the chain of the (running) Persian wheel[1] and rotate, one being emptied [2]and the other filled, so is the play of the Lord[3]. He acts in His wondrous glory.

੧੨.ਰਹੰਤਾ[੧] ਜਨਮ ਮਰਣੇਨ ਰਮਣੰ[੨] ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਕੀਰਤਨਹ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੬੦)

rehu(n)thaa[1] junum murunaen rumunu(n)[2]naanuk har keeruthuneh|

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਾਂ ਉਚਾਰਨ[੨]ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਨਮ ਮਰਨ (ਦਾ ਗੇੜ) ਖਤਮ[੧] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

One`s cycle of birth and death is ended[1], O Nanak, by singing[2] the Lord's Praises.

੧੩.ਕਬੀਰ ਮਾਨਸ ਜਨਮੁ ਦੁਲੰਭੁ ਹੈ ਹੋਇ ਨ ਬਾਰੈ ਬਾਰ॥
ਜਿਉ ਬਨ ਫਲ ਪਾਕੇ ਭੁਇ[੧] ਗਿਰਹਿ ਬਹੁਰਿ ਨ ਲਾਗਹਿ ਡਾਰ[੨]॥(ਪੰਨਾ ੧੩੬੬)

kubeer maanus junum dhyulu(n)bh hai hoe n baarai baar|
jio bun ful paakae bhue[1] girehi buhur n laagehi ddaar[2]|

ਹੇ ਕਬੀਰ! ਮਨੁੱਖਾਂ ਜਨਮ ਬੜੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੁੜ ਮੁੜ ਕੇ ਹੱਥ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੰਗਲ ਦਾ ਪਕਿਆ ਹੋਇਆ ਫਲ (ਜਦੋਂ) ਜ਼ਮੀਨ[੧] ਤੇ ਡਿੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁੜ ਡਾਲੀ[੨] ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜੁੜਦਾ।

Kabeer, it is so difficult to obtain this human birth; it does not just come over and over again. It is like the ripe fruit on the tree; when it falls on the ground[1], it cannot be reattached to the branch[2].

## TRUTH & FALSEHOOD- ਸੱਚ ਅਤੇ ਝੂਠ

੧.ਖੋਟੈ ਵਣਜਿ[੧] ਵਣੰਜਿਐ ਮਨੁ ਤਨੁ ਖੋਟਾ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੨੩)

khottai vunaj[1] vunu(n)jiai mun thun khottaa hoe|
ਕੂੜੇ ਵਪਾਰ[੧] ਕਰਨ ਨਾਲ (ਸਾਡੀ) ਆਤਮਾ ਤੇ ਸਰੀਰ ਕੂੜੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
If we dea1[1]in falsehood, our mind and body become false.

੨.ਸਚੈ ਮਾਰਗਿ[੧] ਚਲਦਿਆ ਉਸਤਤਿ[੨] ਕਰੇ ਜਹਾਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੬)

suchai maarag[1] chuladhiaa ousuthath[2] kurae jehaan|
ਸੰਸਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਫਤ[੨] ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸੱਚੇ ਰਸਤੇ[੧] ਤੇ ਤੁਰਦੇ ਹਨ।
The world acknowledges[2] those who follow the true path[1].

੩.ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਮੁਰਦਾਰੁ[੧] ਖਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੦) koorr bol murudhaar[1] khaae|
ਝੂਠ ਬੋਲ ਕੇ ਆਦਮੀ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਹੱਕ [੧](ਮੁਰਦੇ) ਨੂੰ ਖਾਂਦਾ ਹੈ। Speaking untruth is like eating dead flesh[1].

੪.ਸਚੁ ਵਾਪਾਰੁ ਕਰਹੁ ਵਾਪਾਰੀ॥ ਦਰਗਹ ਨਿਬਹੈ[੧] ਖੇਪ[੨] ਤੁਮਾਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੨੯੩)

such vaapaar kuruhu vaapaaree| dhurugeh nibhehai[1] khaep[2] thumaaree|

ਹੇ ਵਣਜਾਰੇ(ਜੀਵ) !ਤੂੰ ਸੱਚਾ ਵਣਜ ਕਰ। ਤੇਰਾ ਸੌਦਾ ਸੂਤ[2] ਸਹੀ ਸਲਾਮਤ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਏ[1] ਗਾ।
O (spiritual) trader! Deal in the true trade. Your merchandise[2]shall safely reach[1] the Lord's court.

੫.ਝੂਠ ਵਿਕਾਰ[1] ਮਹਾ ਦੁਖੁ ਦੇਹ॥(ਪੰਨਾ ੩੫੨) jhoot(h) vikaar[1] mehaa dhukh dhaeh|
ਝੂਠ ਅਤੇ ਬੁਰੇ ਕੰਮ[1] (ਸਾਨੂੰ) ਬਹੁਤ ਤਕਲੀਫ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। Falsehood and vice[1] bring immense pain (to us).

੬.ਕੂੜਾ ਲਾਲਚੁ ਛੋਡੀਐ ਤਉ ਸਾਚੁ ਪਛਾਣੈ॥(ਪੰਨਾ ੪੧੯)
koorraa laaluch shhoddeeai tho sach pushhaanai|
ਜਦ ਮਨੁੱਖ ਝੂਠੇ ਲੋਭ ਨੂੰ ਤਿਆਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਸੱਚ (ਪ੍ਰਭੂ) ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
When man gives up the false greed , only then he realizes the truth (God).

੭.ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਹੋਇ ਦਾਰੂ ਪਾਪ ਕਢੈ ਧੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੬੮)
such subhunaa hoe dhaaroo paap kudtai dhhoe|
ਸੱਚ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਇਹ (ਸੱਚ) ਪਾਪਾਂ ਨੂੰ ਧੋ ਕੇ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
Truth is the medicine for all and it washes away and removes the sins.

੮.ਕੂੜੇ ਕੀ ਪਾਲਿ[1] ਵਿਚਹੁ ਨਿਕਲੈ ਤਾ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੯੦)
koorrai kae paal[1]vichuhu nikulai thaa sudhaa sukh hoe|
ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰੋਂ ਝੂਠ ਦਾ ਪਰਦਾ[1] (ਮਾਇਓ ਦਾ ਮੋਹ) ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਦੀਵੀ ਆਰਾਮ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।
If the screen[1] of falsehood is removed from within, an eternal peace is obtained.

੯.ਬਹੁਤੇ ਵੇਸ[1] ਕਰੇ ਕੂੜਿਆਰਿ॥(ਪੰਨਾ੯੩੩) buhuthae vaes[1] kurae koorriaar|
ਝੂਠੀ ਪਤਨੀ (ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ) ਕਈ ਭੇਖ[1]ਕਰਦੀ ਹੈ।
The deceitful (bride) changes many robes [1](to appease her husband).

੧੦.ਕਬੀਰ ਕਸਉਟੀ[1] ਰਾਮ ਕੀ ਝੂਠਾ ਟਿਕੈ ਨ ਕੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੪੮)
kubeer kusouttee[1] raam kee jhoot(h)aa ttikai n koe|
ਹੇ ਕਬੀਰ! ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਐਹੋ ਜਿਹੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਉੱਤੇ ਕੂੜਾ ਮਨੁੱਖ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਉਤਰਦਾ।
Kabir says-“ Such is touchstone[1] of God that the false ones can't stand its test.”

੧੧.ਕੂੜ ਨਿਖੁਟੇ[1] ਨਾਨਕਾ ਓੜਕਿ[2]ਸਚਿ ਰਹੀ॥(ਪੰਨਾ ੯੫੩)
koorr nikhuttae[1] naanukaa ourrak[2] sach rehee |
ਕੂੜ ਕਮਾਣ ਵਾਲੇ ਹਾਰ[1] ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅਮਤ[2] ਨੂੰ ਸੱਚ ਦੀ ਜਿੱਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
The false ones will surely lose[1] (before God) and only the truth will prevail in the end[2].

੧੨.ਸਚੁ ਪੁਰਾਣਾ ਹੋਵੈ ਨਾਹੀ ਸੀਤਾ ਕਦੇ ਨ ਪਾਟੈ॥(ਪੰਨਾ ੯੫੫)
such puraanaa hovai naahee seethaa kudhae n paattai|
ਸੱਚ (ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ) ਕਦੇ ਪੁਰਾਣਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਸੀਤਾ ਹੋਇਆ (ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਮਨ) ਕਦੇ (ਉਸ ਤੋਂ) ਟੁੱਟਦਾ ਨਹੀਂ।
Truth is never too old and once sewn (attained) is never torn (is always intact).

੧੩.ਕੂੜਾ ਗੰਢੁ[1] ਨ ਚਲਈ ਚਿਕੜਿ ਪਥਰ ਬੰਧੁ॥(ਪੰਨਾ ੯੫੯)
koorraa gu(n)dt[1] n chulee chikaarr puthhur bu(n)dhh|
ਝੂਠਾ ਮੇਲ ਮਿਲਾਪ[1] (ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ) ਨਹੀਂ ਚਲਦਾ। ਇਹ ਗਾਰੇ ਨਾਲ ਜੋੜੇ ਹੋਏ ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਬੰਨ੍ਹ ਵਾਂਗ ਹੈ।
The false friendship[1] does not last. It is like a dike of stones joined with mud.

੧੪.ਕੂੜੁ ਛੋਡਿ ਸਾਚੇ ਕਉ ਧਾਵਹੁ[1]॥ ਜੋ ਇਛਹੁ ਸੋਈ ਫਲੁ ਪਾਵਹੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੨੮)

koorr shhodd saachae ko dhhaavuhu[1]| jo eishhuhu soee ful paavuhu|
ਤੂੰ ਝੂਠ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇ ਤੇ ਸੱਚ ਮਗਰ ਟੁਰ[1]। ਤੂੰ ਉਹੀ ਫਲ ਪਾ ਲਵੇਂਗਾ ਜਿਹੜਾ ਤੂੰ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈਂ।

O man! Abondon the false ways and stick[1]to truth. You shall obtain whatever you desire.

੧੫.ਹਿਰਦੈ ਜਿਸ ਦੈ ਸਚੁ ਹੈ ਤਨੁ ਮਨੁ ਭੀ ਸਚਾ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੮੯)5.

hirudhai jis dhai such hai thun mun bhee such hoe|
ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੱਚ ਟਿਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਨ ਵੀ ਸੱਚੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

He who cherishes the truth, his body and soul become true as well.

੧੬.ਸਚੁ ਸੁਹਾਵਾ[1] ਕਾਢੀਐ ਕੂੜੈ ਕੂੜੀ ਸੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੦)

Such suhaavaa [1]kaadteeai koorrai koorree soe.
ਸੱਚਾ ਪੁਰਸ਼ ਸੁੰਦਰ[1]ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਝੂਠੇ ਦੀ ਸ਼ੁਹਰਤ ਵੀ ਝੂਠੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

Truth has the reputation of being beautiful[1], and falsehood has an ugly look.

੧੭.ਝੂਠੋ ਮਾਇਆ ਕੋ ਮਦ[1] ਮਾਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੧੫) jhoot(h)o maaeiaa ko mudh[1] maan|
ਮਾਇਆ ਦਾ ਹੰਕਾਰ ਤੇ ਨਸ਼ਾ[1] ਝੂਠਾ ਹੈ। False is the pride [1]of ego and riches.

੧੮.ਕੂੜ ਨਿਖੁਟੇ ਨਾਨਕਾ ਸਚੁ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੮੩)

koorr nikhuttae naanukaa such kurae s hoee|
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਝੂਠ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਕੁਝ ਸੱਚਾ ਸੁਆਮੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

Guru Nanak says-“ Falsehood does not last and that alone happens what the true Lord does.”

੧੯.ਨਾਨਕ ਕੂੜੁ ਕੂੜੋ ਹੋਇ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੨੭) naanuk koorr koorro hoe jaae|
ਹੇ ਨਾਨਕ, ਜੋ ਝੂਠ ਹੈ, ਉਹ (ਅੰਤ ਵੇਲੇ) ਝੂਠਾ ਹੀ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

Guru Nanak says-“ That what is false, turns out to be false (in the end).”

੨੦.ਕੂੜੁ ਠਗੀ ਗੁਝੀ ਨਾ ਰਹੈ ਮੁਲੰਮਾ[1] ਪਾਜੁ[2] ਲਹਿ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੩੦੩)

koorr t(h)ugee gujhee naa rehai mulu(n)maa[1] paaj [2]lehi jaae|
ਝੂਠ ਤੇ ਧੋਕਾ ਫਰੇਬ ਲੁਕੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ। ਦਿਖਾਵੇ[2] ਤੇ ਗਿਲਟ-ਬਾਜ਼ੀ[1] ਨਿਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

Falsehood and fraud cannot remain concealed. Gilding[2] and false appearances[2] fail.

੨੧.ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸਚੁ ਤਜਿਆ[1] ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ॥(ਪੰਨਾ ੯੧੯)

kehai naanuk jin such thajiaa[1] koorrae laagae thinee junum jooai haariaa|
ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ,-“ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਚਾਈ ਨੂੰ ਛੱਡਿਆ[1]ਹੈ ਅਤੇ ਝੂਠ ਨਾਲ ਚਿਮੜੇ ਹਨ ਉਹ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਬਾਜੀ ਹਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ”।

Says Nanak, those who forsake[1]Truth and cling to falsehood, lose their lives in gambling.

੨੨.ਜਿਨੀ ਸਚੁ ਵਣੰਜਿਆ ਸੇ ਸਚੇ ਪ੍ਰਭ ਨਾਲਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੫)

jinee such vunu(n)jiaa sae suchae prubh naal|
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੱਚ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ ਉਹ ਓਪਣੇ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਵਸਦੇ ਹਨ।

Those who deal in Truth, remain with their True Lord.

# UNGRATEFULNESS-ਅਕ੍ਰਿਤਘਣਤਾ

੧.ਅਕਿਰਤਘਣਾ[੧] ਨੋ ਪਾਲਦਾ ਪ੍ਰਭ ਨਾਨਕ ਸਦ ਬਖਸਿੰਦੁ॥(ਪੰਨਾ ੪੭)

akiruthughunaa[1] no paaludhaa prubh naanuk sudh bukhasi(n)dh|
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਪ੍ਰਭੂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪਾਲਦਾ ਹੈ ਜੋ (ਉਸ ਦੇ) ਪਰਉਪਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਦਿੰਦੇ[੧] ਹਨ। ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ (ਭੁਲਾਂ) ਬਖਸ਼ਣਹਾਰ ਹੈ।

Even the ungrateful[1] ones are sustained by God. O Nanak, He is forever the Forgiver.

੨.ਨਰਕ ਘੋਰ[੧] ਬਹੁ ਦੁਖ ਘਣੇ ਅਕਿਰਤਘਣਾ ਕਾ ਥਾਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੩੧੫)

nuruk ghor[1] buhu dhukh ghunae akiruthughunaa kaa thhaan ।
ਡਰਾਉਣੇ[੧] ਨਰਕ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਦੁਖ ਹਨ ਤੇ ਇਹ ਨਾ-ਸ਼ੁਕਰਿਆਂ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ ਹੈ।

In the most horrible[1] hell, there are immense sufferings. It is the abode of the ungrateful ones.

੩.ਅਕਿਰਤਘਣਾ ਹਰਿ ਵਿਸਰਿਆ ਜੋਨੀ[੧] ਭਰਮੇਤੁ॥(ਪੰਨਾ ੭੦੬)

akiruthughunaa har visariaa jonee[1] bhurumaeth|
ਨਾ-ਸ਼ੁਕਰੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਕੇ ਜੂਨੀਆਂ[1] ਅੰਦਰ ਭਟਕਦੇ ਹਨ।

The ungrateful forget the Lord, and wander in reincarnation[1].

੪.ਅਕਿਰਤਘਣਾ ਕਾ ਕਰੇ ਉਧਾਰੁ[੧]॥ ਪ੍ਰਭੁ ਮੇਰਾ ਹੈ ਸਦਾ ਦਇਆਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੮੯੮)

akiruthughunaa kaa kurae oudhhaar[1]| prubh maeraa hai sudhaa dhaeiaar|
ਮੇਰਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਇਆਵਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਨਾ-ਸ਼ੁਕਰਿਆ ਦਾ ਵੀ ਪਾਰ-ਉਤਰਾ[੧] ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

He saves[1]even the ungrateful; my God is forever Merciful.

੫.ਅਕਿਰਤਘਣੈ ਕਉ ਰਖੈ ਨ ਕੋਈ ਨਰਕ ਘੋਰ ਮਹਿ ਪਾਵਣਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੮੬)

akiruthughunaa ko rukhai n koee nuruk ghor mehi paavunaa|
(ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਕੀਤੇ ਉਪਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਭੁਲਾਣ ਵਾਲੇ) ਨਾ-ਸ਼ੁਕਰੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ ਬਚਾ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਭਿਆਨਕ ਨਰਕ ਵਿਚ ਸੁਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।(ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।) No one can save an ungrateful person; he is thrown into the most horrible hell. (only God can save him).

# VIRTUES AND VILLAINIES-ਚੰਗਿਆਈਆਂ ਤੇ ਬੁਰਿਆਈਆਂ

੧.ਗੁਣਵੰਤੀ[1] ਗੁਣ ਵੀਥਰੈ[2] ਅਉਗੁਣਵੰਤੀ ਝੂਰਿ[3]॥(ਪੰਨਾ ੧੭)

gunuvu(n)thee[1] gun veethhurai[2] aougunuvu(n)thee jhoor[3]|
ਨੇਕ[1] (ਜੀਵ) ਪਤਨੀ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ) ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ[2] ਕਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੀ ਪਛਤਾਉਂਦੀ[3]ਹੈ।

The virtuous[1] wife (human) repeats[2] the virtues (of the Lord) and the virtueless one repents[3].

੨.ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ਵਾਚੇ[1] ਧਰਮੁ ਹਦੂਰਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੬)

chu(n)giaaeeaa buriaaeeaa vaachae[1] dhhurum hudhoor|
ਧਰਮ ਰਾਜ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ (ਸਾਡੇ) ਨੇਕ ਤੇ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿਚਾਰੇ[1] ਜਾਣਗੇ।

Our good and bad deeds are read[1] in the presence of the Lord of law.

੩.ਪਰ ਕਾ ਬੁਰਾ ਨ ਰਾਖਹੁ ਚੀਤ॥ ਤੁਮ ਕਉ ਦੁਖੁ ਨਹੀ ਭਾਈ ਮੀਤ॥(ਪੰਨਾ ੩੮੬)

pur kaa buraa n raakhuhu cheeth| thum ko dhukh nehee bhaaee meeth|
ਹੇ ਮਿੱਤਰ! ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਬੁਰਾ ਮਨ ਵਿਚ ਨਾ ਸੋਚਿਆ ਕਰ, ਤਦ ਤੈਨੂੰ ਕੋਈ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਲਗੇਗਾ।

O friend! Cherish not evil for another in your mind, then you will not come to grief.

੪.ਅਉਗਣ ਛੋਡਹੁ ਗੁਣ ਕਰਹੁ ਐਸੇ ਤਤੁ[1] ਪਰਾਵਹੁ॥(ਪੰਨਾ ੪੧੮)

aougun shhodduhu gun kuruhu aisae thuth[1] puraavuhu|
ਮਾੜੇ ਕੰਮ ਛੱਡ ਤੇ ਨੇਕੀ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੂੰ ਅਸਲੀਅਤ[1] ਨੂੰ ਪਾ ਲਵੇਂਗਾ।

Forsake vice and do good so that you realize the essence[1].

੫.ਪਾਪ ਬੁਰਾ ਪਾਪੀ ਕਉ ਪਿਆਰਾ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੫) Paap buraa paapee ko piaaraa.
ਪਾਪ ਬੁਰਾ ਕੰਮ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਪਾਪੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। Sin is evil, but the sinner loves it.

੬.ਮਨ ਮਹਿ ਮਨੁ ਉਲਟੋ[1] ਮਰੈ ਜੇ ਗੁਣ ਹੋਵਹਿ ਨਾਲਿ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੫-੯੩੬)

mun mehi mun oulutto[1] murai jae gun hovehi naal|
ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਪਾਸ ਗੁਣ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਮਾਇਆ ਵਲੋਂ ਪਰਤ[1] ਕੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਹੀ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

If one is blessed with merit, one's mind turning[1] its back upon the world, merges in itself.

੭.ਸੂਤੁ ਪਾਇ ਕਰੇ ਬੁਰਿਆਈ॥ ਨਾਤਾ ਧੋਤਾ ਥਾਇ ਨ ਪਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੯੫੧)

sooth paae kurae buriaaee| naathaa dhhothaa thhaae n paaee|
ਮਨੁੱਖ ਜਨੇਊ ਤਾਂ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਫੇਰ ਵੀ ਮੰਦੇ ਕੰਮ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।(ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਜ਼) ਨ੍ਹਾਉਣ ਧੋਣ ਨਾਲ ਉਹ (ਸਾਂਈ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ) ਕਬੂਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

Putting on the thread (sacred thread), he commits sins. He is not approved (before God) inspite of his ablution and washing.

੮.ਪਾਪ ਕਰੇਦੜ ਸਰਪਰ[1] ਮੁਠੇ[2]॥ ਅਜਰਾਈਲਿ ਫੜੇ ਫੜਿ ਕੁਠੇ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੧੯)

paap kuraedhurr surupur[1] mut(h)ae[2]| ajuraaeel furrae farr kut(h)ae|

ਪਾਪੀ ਲੋਕ (ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਪੂੰਜੀ) ਜ਼ਰੂਰ[1] ਲੁਟਾ[2] ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦਾ ਫਰਿਸ਼ਤਾ ਪਕੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤਸੀਹੇ ਦੇ ਕੇ ਕੁਹ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ।

The sinners are certainly[1] plundered.[2] Izrael, the angel of death, catches and destroys them.

੯.ਚਿਤਵਤ ਪਾਪ ਨ ਆਲਕੁ[1] ਆਵੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੩) chithuvuth paap n aaluk[1] aavai|

(ਕੁਰਾਹੇ ਪਿਆ ਮਨੁੱਖ) ਪਾਪ ਸੋਚਦਿਆਂ ਸੁਸਤੀ[1] ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। One does not delay[1] in thinking of sin.

੧੦.ਮਨ ਪਾਪ ਕਰਤ ਤੂੰ ਸਦਾ ਸੰਗੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੮੩) mun paap kuruth thoo sudhaa su(n)g|

ਹੇ ਮਨ! ਤੂੰ ਪਾਪ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਝਿਜਕਿਆਂ ਕਰ। O mind! Always hesitate to commit sins.

੧੧.ਪਰ ਦਾਰਾ[1] ਪਰ ਧਨੁ ਪਰ ਲੋਭਾ ਹਉਮੈ ਬਿਖੈ [2]ਬਿਕਾਰ॥
ਦੁਸਟ ਭਾਉ[3] ਤਜਿ ਨਿੰਦ ਪਰਾਈ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਚੰਡਾਰ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੫੫-੧੨੫੬)

pur dhaaraa [1]pur dhhun pur lobhaa houmai bikhai [2]bikaar|
dhusutt bhaao[3] thaj ni(n)dh puraaee kaam krodhh chu(n)ddaar|

ਤੂੰ ਪਰਾਈ ਇਸਤਰੀ[1],ਪਰਾਈ ਦੌਲਤ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਲਚ, ਹੰਕਾਰ, ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ[2] ਪਾਪਾਂ, ਮੰਦੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ[3], ਪਰਾਈ ਨਿੰਦਿਆ, ਕਾਮ ਤੇ ਗੁੱਸੇ ਦੇ ਚੰਡਾਲ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦੇ।

Abandon coveting other's wealth, woman[1], excessive greed, ego, poisonous[2] sins, evil desires[3], someone's slander and the pariah of lust and wrath.

੧੨.ਤਜਿ ਕੂੜੁ ਕੁਟੰਬੁ[1] ਹਉਮੈ ਬਿਖੁ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਚਲਣੁ ਰਿਦੈ ਸਮ੍ਹਾਲਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੫੮)

thaj koorr kuttu(n)b[1] houmai bikh thrisunaa chulun ridhai sumhall|

(ਹੇ ਮਨੁੱਖ)! ਝੂਠ, ਟੱਬਰ[1] (ਦਾ ਮੋਹ), ਹੰਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰ ਵਰਗੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇ ਤੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਯਾਦ ਰਖ ਕਿ ਇਥੋਂ (ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ) ਕੂਚ ਕਰਨਾ ਹੈ।

Abandon falsehood, (attachment to) family[1], ego and the vice of craving. Think in your mind of your departure (from this world).

੧੩.ਖੁਧਿਆ[1] ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਨਿੰਦਾ ਬੁਰੀ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਵਿਕਰਾਲੁ[2]॥(ਪੰਨਾ ੧੨੭੯)

khudhhiaa[1] thrisunaa ni(n)dhaa buree kaam krodhh vikuraal[2]|

(ਮਾਇਆ ਦੀ) ਭੁੱਖ ਤ੍ਰੇਹ ਤੇ ਨਿੰਦਿਆ ਬੁਰੀਆਂ[1] ਹਨ ਅਤੇ ਕਾਮ ਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਡਰਾਉਣੇ[2] ਹਨ।

Vile[1] are hunger, thirst (for wealth), and slander; terrible[2] are wrath and lust.

੧੪.ਗੁਣ ਛੋਡਿ ਅਉਗਣ ਕਮਾਵਦੇ ਦਰਗਹ ਹੋਹਿ ਖੁਆਰੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੮੪)

gun shhodd aougun kumaavudhae dhurugeh hohi khuaar|

ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਨੇਕੀ ਨੂੰ ਤਿਆਗ, ਪਾਪ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਰੱਬ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

They who practice not virtue, but sin are wasted away in Lord's court.

੧੫.ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਕੀ ਸਾਰ[1] ਨ ਜਾਣੈ ਭੂਲਾ ਫਿਰੈ ਅਜਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੨੯)

paap pu(n)n kee saar[1] n jaanai bhoolaa firai ajaaee|

ਜੋ ਭਲੇ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਦੇ ਫਰਕ[1] ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ ਉਹ ਫਜ਼ੂਲ ਹੀ (ਜੀਵਨ ਦੇ ਰਸਤੇ ਤੋਂ) ਖੁੰਝਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

He, who does not discriminate[1] between good and evil, strays from the path uselessly.

੧੬.ਫਰੀਦਾ ਜੇ ਤੂ ਅਕਲਿ ਲਤੀਫੁ[1] ਕਾਲੇ ਲਿਖੁ ਨ ਲੇਖ[2]॥
ਆਪਨੜੇ ਗਿਰੀਵਾਨ[3] ਮਹਿ ਸਿਰੁ ਨੀਵਾ ਕਰਿ ਦੇਖੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੩੭੮)

fureedhaa jae thoo akal lutheef[1] kaalae likh n laekh[2]|
aapunurrae goreevaan [3]mehi sir nukhueevaa(n) kar dhaekh
ਫ਼ਰੀਦ! ਜੇ ਤੂੰ ਬਰੀਕ[੧] ਅਕਲ ਰੱਖਦਾ ਹੈਂ (ਸਮਝਦਾਰ ਹੈਂ) ਤਾਂ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਮੰਦੇ ਕੰਮਾਂ[੨] ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਨ ਕਰ। ਤੂੰ ਆਪਣਾ ਸੀਸ ਝੁਕਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਬੁੱਕਲ[੩] ਵਿਚ ਝਾਤੀ ਮਾਰ।
Farid says-" if you have fine[1] intellect, don't write dark (evil) writs[2] (against others). Bend your head and look within your own collars[3] (delve within your heart).

## VOCATION-ਕਾਰ–ਵਿਹਾਰ

੧. ਮਨੁ ਹਾਲੀ[੧] ਕਿਰਸਾਣੀ ਕਰਣੀ ਸਰਮੁ[੨] ਪਾਣੀ ਤਨੁ ਖੇਤੁ॥
ਨਾਮੁ ਬੀਜੁ ਸੰਤੋਖੁ ਸੁਹਾਗਾ[੩]ਰਖੁ ਗਰੀਬੀ ਵੇਸੁ॥
ਭਾਉ[੪]ਕਰਮ ਕਰਿ ਜੰਮਸੀ ਸੇ ਘਰ ਭਾਗਠ[੫] ਦੇਖੁ॥(ਪੰਨਾ ੫੯੫)
mun haalee[1] kirusaanee kurunee surum[2] paanee thun khaeth|
naam beej su(n)thokh suhaagaa[3] rukh gureebee vaes|
bhaao[4] kurum kar ju(n)muse sae ghur bhaagut(h)[5] dhaekh|
(ਹੇ ਜੀਵ! ਨਾਮ ਧਨ ਨੂੰ ਬੀਜਣ ਲਈ) ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਹਲ ਵਾਹੁਣ ਵਾਲਾ[੧] ਭਾਵ ਉੱਦਮੀ, ਚੰਗੇ ਆਚਰਣ ਨੂੰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ,

ਮਿਹਨਤ[੨] ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੈਲੀ ਬਣਾ (ਇਸ ਪੈਲੀ ਵਿਚ) ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਬੀਜ, ਸਬਰ (ਪੈਲੀ ਪਧਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ)[੩] ਸੁਹਾਗਾ ਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਦਾ ਲਿਬਾਸ ਤੇਰੀ ਖੇਤੀ ਦੀ ਵਾੜ ਹੋਵੇ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ[੪] ਨਾਲ ਇਹ ਬੀਜ ਉਗ ਪਵੇਗਾ ਤੇ ਉਹ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹ ਬੀਜ ਬੀਜਿਆ ਹੈ) ਭਾਗਵਾਨ[੫] ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

(To reap the harvest of Naam) make your mind the plough man[1], good deeds the farming, effort[2] the water (to irrigate) and body the field. Let God's Name be your seed, contentment the earth crusher[3] and garb of humility your fence. With (God's) grace [4]and devotion, this seed will germinate. Those (who sowed this seed) will become fortunate[5.]

੨.ਹਾਣੁ[੧] ਹਟੁ ਕਰਿ ਆਰਜਾ[੨] ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਕੁਰ ਵਥੁ[੩]॥
ਸੁਰਤਿ ਸੋਚ ਕਰਿ ਭਾਂਡਸਾਲ[੪] ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਤਿਸ ਨੋ ਰਖੁ॥
ਵਣਜਾਰਿਆ[੫] ਸਿਉ ਵਣਜੁ ਕਰਿ ਲੈ ਲਾਹਾ[੬] ਮਨ ਹਸੁ॥(ਪੰਨਾ ੫੯੫)

haan[1] hutt kar aarujaa[2] such nam kar vuthh[3|]
surath soch kar bhaa(n) ddusaal [4]this vich this no rukh|
vunujaariaa[5]sio vunuj kar lai laahaa[6] mun hus|

ਬੀਤ ਜਾਣ ਵਾਲੀ[੧]ਉਮਰ[੨] ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੁਕਾਨ ਤੇ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ) ਸੱਚੇ ਨਾਮ ਨੂੰ (ਇਸ ਦੁਕਾਨ ਦਾ) ਸੌਦਾ[੩]ਬਣਾ। ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਮਾਲ ਗੁਦਾਮ[੪] ਬਣਾ ਅਤੇ ਉਸ (ਮਾਲ ਗੁਦਾਮ) ਵਿਚ ਤੂੰ ਉਸ ਸੱਚੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਰਖ। ਨਾਮ ਵਣਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਪਾਰੀਆਂ[੫] ਨਾਲ ਵਪਾਰ ਕਰ ਤੇ ਮਨ ਦੇ ਖਿੜਾਉ ਦਾ ਲਾਭ[੬] ਕਮਾ।

Make your decreasing[1] age[2]your shop and the Lord's Name your stock[3]. Make your understanding and reason your store[4] and put there the True Name. Deal only with (the Lord's devotees) the saints[5] and reap the profit[6] of happy mind.

੩.ਸੁਣਿ ਸਾਸਤ[੧] ਸਉਦਾਗਰੀ ਸਤੁ[੨] ਘੋੜੇ ਲੈ ਚਲੁ॥
ਖਰਚੁ ਬੰਨੁ ਚੰਗਿਆਈਆ ਮਤੁ ਮਨ ਜਾਣਹਿ ਕਲੁ॥
ਨਿਰੰਕਾਰ[੩] ਕੈ ਦੇਸਿ ਜਾਹਿ ਤਾ ਸੁਖਿ ਲਹਹਿ ਮਹਲੁ[੪]॥(ਪੰਨਾ ੫੯੫)

sun saasuth[1] soudhaaguree suth[2] ghorrae lai chul|
khuruch bu(n)n chu(n)giaaeeaa muthy mun jaanehi kul|
niru(n)kaar[3] kia dhaes jaahi thaa sukh lehehi mehul[4]|

ਧਾਰਮਕ ਪੁਸਤਕਾਂ[੧] ਦਾ ਪੜ੍ਹਨਾ ਤੇਰਾਂ ਵਣਜ ਵਪਾਰ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਤੂੰ ਉੱਚੇ ਆਚਰਣ[੨] ਨੂੰ (ਮਾਲ ਲਦਣ ਲਈ) ਘੋੜੇ ਬਣਾ। (ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਫਰ ਲਈ) ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਖਰਚ ਪਲੇ ਬੰਨ੍ਹ। ਹੇ ਮਨ! ਇਸ ਵਪਾਰ ਨੂੰ ਕੱਲ ਤੇ ਨਾ ਪਾਈਂ। ਜਦ ਤੂੰ ਰੂਪ-ਰਹਿਤ ਪ੍ਰਭੂ[੩] ਦੇ ਦੇਸ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚੇਗਾ ਤਾਂ ਤੈਨੂੰ ਉਸਦੇ ਮੰਦਰ[੪] ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਮਿਲੇਗਾ।

Let the listening to the sacred books[1] be your trade and make your good deed[2] horses (for carrying merchandize). Tie up merits for your traveling expenses. O mind! don't postpone (this trade) till tomorrow. When you arrive in the land of Formless Lord[3], you will enjoy peace at His palace[4.]

੪.ਲਾਇ ਚਿਤੁ ਕਰਿ ਚਾਕਰੀ[੧] ਮੰਨਿ ਨਾਮੁ ਕਰਿ ਕੰਮੁ॥
ਬੰਨੁ ਬਦੀਆ ਕਰਿ ਧਾਵਣੀ[੨] ਤਾ ਕੋ ਆਖੈ ਧਮਨੁ॥
ਨਾਨਕ ਵੇਖੈ ਨਦਰਿ ਕਰਿ ਚੜੈ ਚਵਗਣ[੩] ਵੰਨੁ॥(ਪੰਨਾ ੫੯੬)

laae chith kar chaakuree[1] mu(n)n naam kar ku(n)m |
bu(n)n budheeaa kar dhhaavunee[2] thaa ko aakhai dhhu(n)n |
naanuk vaekhai nudhar kar churrai chuvugun[3] vu(n)n |

(ਨਾਮ ਵਿਚ) ਬਿਰਤੀ ਜੋੜਨ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ[੧] ਅਤੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਭਰੋਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਬਣਾ। ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ

ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਉਪਰਾਲਾ[੨] (ਉਦੱਮ) ਬਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਰੇ ਤੈਨੂੰ ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ਕਹਿਣ। ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਣ ਨਾਲ) ਪ੍ਰਭੂ ਤੈਨੂੰ ਮਿਹਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਵੇਖੇ ਗਾ ਅਤੇ ਤੇਰੀ (ਇੱਜ਼ਤ) ਚਾਰ ਗੁਣਾਂ[੩] ਵਧ ਜਾਵੇਗੀ।

Make the fixing of your attention (to the Lord) your service[1] and faith in the *Naam*, your occupation. Let restraining the sins be your effort[2] so that people call you blessed. O Nanak! the Lord will look on you with favor and your glory will become fourfold[3].

## WOMAN-ਇਸਤ੍ਰੀ

੧.ਭੰਡਿ[੧] ਜੰਮੀਐ ਭੰਡਿ ਨਿੰਮੀਐ[੨] ਭੰਡਿ ਮੰਗਣੁ ਵੀਆਹੁ॥
ਭੰਡਹੁ ਹੋਵੈ ਦੋਸਤੀ ਭੰਡਹੁ ਚਲੈ ਰਾਹੁ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੩)

bhu(n)dd1 ju(n)meeai bhu(n)dd ni(n)meeai[2]bhu(n)dd mu(n)gun veeaahu|
bhu(n)dduhu hovai dhosuthee bhu(n)dduhu chulai raahu|

ਪ੍ਰਾਣੀ ਇਸਤ੍ਰੀ[੧] ਤੋਂ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸਤ੍ਰੀ (ਦੇ ਪੇਟ) ਵਿਚ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਬਣਦਾ[੨] ਹੈ। ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਮੰਗਣੀ ਤੇ ਵਿਆਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਸੰਬੰਧ ਬਣਦਾ ਹੈ ਤੇ (ਉਤਪਤੀ ਦਾ) ਰਸਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ।

From the woman[1] is our birth; in the woman's womb are we shaped. We are engaged and wedded to the woman. We contract friendship with the woman and from the woman develops the family.

ਭੰਡੁ ਮੁਆ ਭੰਡੁ ਭਾਲੀਐ ਭੰਡਿ ਹੋਵੈ ਬੰਧਾਨੁ[੧]॥
ਸੋ ਕਿਉ ਮੰਦਾ ਆਖੀਐ ਜਿਤੁ ਜੰਮਹਿ ਰਾਜਾਨ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੩)

bhu(n)dd muaa bhu(n)dd bhaaleeai bhu(n)dd hovai bu(n)dhhaan[1]|
so kio mu(n)dhaa aakheeai jith ju(n)mehi raajaan |

ਜੇ ਇਸਤ੍ਰੀ ਮਰ ਜਾਏ ਤਾਂ ਹੋਰ ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੀਦੀ ਹੈ, ਇਸਤ੍ਰੀ ਤੋਂ ਹੀ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀ[੧] ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਇਸਤ੍ਰੀ (ਜਾਤੀ) ਤੋਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਬੁਰਾ ਕਹਿਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ।

If one woman dies, we seek another, through the woman are the bonds[1] of the world. Why do we call her inferior who gives birth to the kings?

ਭੰਡਹੁ ਹੀ ਭੰਡੁ ਉਪਜੈ[੧] ਭੰਡੈ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ॥
ਨਾਨਕ ਭੰਡੈ ਬਾਹਰਾ ਏਕੋ ਸਚਾ[੨] ਸੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੪੭੩)

bhu(n)dduhu hee bhu(n)dd oopujai[1]bhu(n)ddai baajh n koe|
naanuk bhu(n)ddai baahuraa eaeko suchaa[2] soe |
ਇਸਤ੍ਰੀ ਤੋਂ ਹੀ ਇਸਤ੍ਰੀ ਪੈਦਾ[੧] ਹੁੰਦੀ ਹੈ। (ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ) ਕੋਈ ਜੀਵ ਵੀ ਇਸਤ੍ਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪੈਦਾ[੧] ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਕੇਵਲ ਸੱਚਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸਤ੍ਰੀ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਜੰਮਿਆ।

From the woman is born[1] woman. There is none without the woman. Guru Nanak says-" Only the True Lord[2] is (born) without woman.

੨.ਸੀਲ[੧] ਸੰਜਮਿ[੨] ਪ੍ਰਿਅ[੩] ਆਗਿਆ ਮਾਨੈ॥ਤਿਸੁ ਨਾਰੀ ਕਉ ਦੁਖੁ ਨ ਜਮਾਨੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੯੫)

seel [1]su(n)jam[2] pria[3] aagiaa maanai| this naaree ko dhukh n jumaanai |
ਜਿਸ ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੇ ਪਾਸ ਸ਼ਰਾਫਤ[੧] ਤੇ ਸਵੈ ਕਾਬੂ[੨] ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ[੩]ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨਦੀ ਹੈ ਉਹ ਮੌਤ ਦੇ ਦੂਤ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਤਕਲੀਫ ਨਹੀਂ ਪਾਂਦੀ।

She who has pious conduct[1] and, self-control[2;] and submits to her beloved's[3] will, does not suffer at the *Yama's* hands.

੩.ਧਨ[੧] ਪਿਰੁ[੨] ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਨਿ ਬਹਨਿ ਇਕਠੇ ਹੋਇ॥
ਏਕ ਜੋਤਿ[੩] ਦੁਇ ਮੂਰਤੀ[੪] ਧਨ ਪਿਰੁ ਕਹੀਐ ਸੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੭੮੮)

dhhun[1] pir[2] eaehi n aakheean behan eikut(h)ae hoe |
eaek joth[3] dhue mooruthee[4] dhhun pir keheeai soe |
ਜੋ ਕੇਵਲ ਮਿਲ ਕੇ ਬੈਠਦੇ (ਰਹਿੰਦੇ) ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ (ਅਸਲੀ) ਪਤੀ[੨] ਤੇ ਪਤਨੀ[੧] ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ। ਕੇਵਲ ਉਹੀ (ਅਸਲ) ਪਤੀ ਤੇ ਪਤਨੀ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੋ ਸਰੀਰਾਂ[੪] ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਆਤਮਾ[੩] ਹੋਵੇ।

They who merely sit (live) together are not said to be husband[2] and wife[1]. They who have one soul [3]in two bodies[4], are called husband and wife.

੪.ਪੁਰਖ[੧] ਮਹਿ ਨਾਰਿ[੨] ਨਾਰਿ ਮਹਿ ਪੁਰਖਾ ਬੂਝਹੁ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੮੭੯)

purukh [1]mehi naar[2] naar mehi purukhaa boojhuhu brehum giaanee [3]|
ਹੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੂਝ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ[੩]! ਤੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਕਿ ਮਨੁੱਖਾਂ[੧] ਦੇ ਵੀਰਜ ਤੋਂ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ[੨] ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਜੰਮਦੇ ਹਨ।

O man of divine wisdom[3]! Realize that the woman[2] is born through the man's[1] sperm and the male is born through the female.

੫.ਜੇ ਘਰੁ ਰਾਖਹਿ ਬੁਰਾ ਨ ਚਾਖਹਿ ਹੋਵਹਿ ਕੰਤ[੧] ਪਿਆਰੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੭੧)

jae ghur raakhehi buraa n chaakhehi hovehi ku(n)th[1] piaaree |
ਜੇ ਇਸਤ੍ਰੀ ਆਪਣਾ ਘਰ (ਜੀਵਨ) ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰਖਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪਾਪਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਸੁਆਦ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਚਖਦੀ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਤੀ[੧] ਨੂੰ ਪਿਆਰੀ ਲਗੇਗੀ।

If she preserves and protects her household and does not taste evil, she shall be the beloved of her spouse[1.]

੬.ਜਿਨਿ ਧਨ ਪਿਰ ਕਾ ਸਾਦੁ ਨ ਜਾਨਿਆ ਸਾ ਬਿਲਖ[੧] ਬਦਨ[੨] ਕੁਮਲਾਨੀ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੫੫)

jin dhhun pir kaa saadh n jaaniaa saa bilukh[1] budhun[2] kumulaanee |

ਜਿਸ ਪਤਨੀ ਨੇ ਪਤੀ ਦੇ ਪਿਆਰ (ਮਿਲਾਪ) ਦਾ ਸੁਆਦ ਨਹੀਂ ਮਾਣਿਆ ਉਸ ਦਾ ਚਿਹਰਾ[੨] (ਸਰੀਰ) ਮੁਰਝਾਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਿਆਕਲ[੧] ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

The soul-bride who has not known delight with her Husband Lord, shall weep and wail[1]with a withered face.[2]

## WORRY-ਚਿੰਤਾ

### ੧.ਜਾ ਕੈ ਅਚਿੰਤ[੧] ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥ ਤਾ ਕਉ ਚਿੰਤਾ ਕਤਹੂੰ ਨਾਹਿ॥(ਪੰਨਾ ੧੮੬)

jaa kai achi(n)th[1] vusai man aae| thaa ko chi(n)thaa kuthehoo(n) naahi |
ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਚਿੰਤਾ ਰਹਿਤ[੧] (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਆ ਵਸਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਵਿਆਪਦੀ।

He who has the carefree[1]Lord abiding in his mind, no cares will ever bother him.

### ੨.ਵਡੇ ਵਡੇ ਜੋ ਦੀਸਹਿ ਲੋਗ॥ ਤਿਨ ਕਉ ਬਿਆਪੈ[੧] ਚਿੰਤਾ ਰੋਗ॥(ਪੰਨਾ ੧੮੮)

vuddae vuddae jo dheesehi log | thin ko biaapai[1] chi(n)thaa rog |
ਜਿਹੜੇ ਬੰਦੇ (ਧਨ ਜਾਂ ਸ਼ਕਤੀ ਕਾਰਨ) ਬਹੁਤ ਹੀ ਵੱਡੇ ਦਿਸਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਚਮੜੀ[੧] ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

Those who seem to be great and powerful, are afflicted[1] by the disease of anxiety.

### ੩.ਚਿੰਤਾ ਛਡਿ ਅਚਿੰਤੁ ਰਹੁ ਨਾਨਕ ਲਗਿ ਪਾਈ॥(ਪੰਨਾ ੫੧੭)

chi(n)thaa shhadd achi(n)th ruhu naanuk lag paaee |
ਨਾਨਕ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ,-" ਹੇ ਜੀਵ ਤੂੰ (ਦੁਨੀਆਂ ਵਾਲੀ) ਚਿੰਤਾ ਛੱਡ ਦੇ ਅਤੇ ਬੇਫਿਕਰ ਹੋ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨੀ ਲਗ"।

Nanak says`leave your worry and live free of anxiety at His feet."

### ੪.ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਕੋਈ ਮਾਰਿ ਜੀਵਾਲਿ ਨ ਸਕੈ ਮਨ ਹੋਇ ਨਿਚਿੰਦ[੧]ਨਿਸਲੁ[੨] ਹੋਇ ਰਹੀਐ॥(ਪੰਨਾ ੫੯੪)

har bin koee maar jeevaal n sukai mun hoe niche(n)dh1 nisul[2]hoe reheeai |
ਹੇ ਮਨ! ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਾ ਮਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਨਾ ਜਿਵਾਲ ਸਕਦਾ ਹੈ,(ਇਸ ਵਾਸਤੇ) ਤੂੰ ਬੇਫਿਕਰ[੧] ਹੋ ਜਾ ਤੇ ਨਿਡਰ[੨] ਹੋ ਕੇ ਵਸ।

Other than the Lord, no one can kill or revive you. O mind, do not be anxious[1], remain fearless[2].

### ੫.ਚਿੰਤਤ[੧] ਹੀ ਦੀਸੈ ਸਭੁ ਕੋਇ॥ ਚੇਤਹਿ ਏਕੁ[੨] ਤਹੀ ਸੁਖੁ ਹੋਇ॥(ਪੰਨਾ ੯੩੨)

chi(n)thuth [1]hee dheesai subh koe | chaethehi eaek[2] thehee sukh hoe |
(ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ)ਹਰ ਕੋਈ ਫਿਕਰਮੰਦ[੧] ਦਿਸਦਾ ਹੈ,ਪਰ ਜੋ ਇੱਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਨੂੰ ਸਿਮਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸੁਖ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

Everyone seems worried[1.] He alone who thinks of the One Lord[2] find peace.

੬.ਏਕਲ[੧] ਚਿੰਤਾ ਰਾਖੁ ਅਨੰਤਾ[੨] ਅਉਰ ਤਜਹੁ[੩] ਸਭ ਆਸਾ ਰੇ॥(ਪੰਨਾ ੯੮੮)

eaekul [1]chi(n)thaa raakh anu(n)thaa[2] aour thujuhu[3] subh aasaa rae |
ਹੇ ਬੰਦੇ! ਤੂੰ ਇੱਕ[੧] ਬੇਅੰਤ[੨] ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਆਸਾਂ ਉਮੀਦਾਂ ਛੱਡ[੩] ਦੇ।

O man! Think of One[1], Infinite[2] Lord; abandon [3]all other hopes.

੭.ਨਾ ਕਰਿ ਚਿੰਤ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਰਤੇ[੧]॥ ਹਰਿ ਦੇਵੈ ਜਲਿ ਥਲਿ ਜੰਤਾ ਸਭਤੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੦੭੦)

naa kar chi(n)th chi(n)thaa hai kuruthae[1]| har dhaevai jal thhal ju(n)thaa subhuthai |
ਹੇ ਬੰਦੇ! ਤੂੰ ਫਿਕਰ ਨਾ ਕਰ, ਤੇਰਾ ਫਿਕਰ ਤੇਰੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੧] ਨੂੰ ਹੈ। ਉਹ ਜਲ ਵਿਚ ਤੇ ਧਰਤੀ ਤੇ (ਵਸਣ ਵਾਲੇ) ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ (ਖਾਣ ਨੂੰ) ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

Don't worry, let the creator[1] take care of of you. The Lord gives to all creatures, in water and over land.

੮.ਚਿੰਤਾ ਜਾਲਿ ਤਨੁ ਜਾਲਿਆ ਬੈਰਾਗੀਅੜੇ[੧]॥ ਜੇ ਮਨੁ ਮਿਰਤਕੁ[੨] ਹੋਇ ਵਣਾਹੰਬੈ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੦੪)

chi(n)thaa jaal thun jaaliaa bairaageearrae [1]| jae mun miruthuk[2] hoe vunaahu(n)bai |
ਹੇ ਤਿਆਗੀ[੧] !ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ(ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ)ਮਰ ਜਾਏ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਸਾੜ ਕੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਮੋਹ ਵੀ ਸਾੜ[੨] ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

O recluse[1]! If one deadens one's mind (as far as desires are concerned), one burns[2] off one's cares and also the (love of ) body.

੯.ਬਿਸਰੀ ਚਿੰਤ ਨਾਮਿ ਰੰਗੁ[੧] ਲਾਗਾ॥(ਪੰਨਾ ੧੧੪੮)

bisuree chi(n)th naam ru(n)g[1] laagaa|
ਮੇਰੀ ਚਿੰਤਾ ਦੂਰ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਮੇਰਾ ਪਿਆਰ[੧] ਪੈ ਗਿਆ ਹੈ।

My anxiety is gone, and I am in love[1] with the Name of Lord.

੧੦.ਆਜੁ ਹਮਾਰੈ ਮਹਾ ਅਨੰਦ[੧]॥ ਚਿੰਤ ਲਥੀ ਭੇਟੇ[੨] ਗੋਬਿੰਦ[੩]॥(ਪੰਨਾ ੧੧੮੦)

aaj humaarai mehaa anu(n)dh [1]| chi(n)th luthhee bhaettae[2] gobi(n)dh[3] |
ਹੁਣ (ਨਾਮ ਜਪਣ ਨਾਲ) ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼[੧] ਹਾਂ। ਮੇਰੀ ਚਿੰਤਾ ਦੂਰ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ[੨] ਨੂੰ ਮਿਲ[੩] ਪਿਆ ਹਾਂ।

Today I am in perfect bliss[1]. My anxiety has departed and I have met[2] my God[3].

੧੧.ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭਿ ਮਨਿ ਵਸੈ ਤਾਂ ਸਦਾ[੧] ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ॥
ਸਹਸਾ[੨] ਮੂਲਿ ਨ ਹੋਵਈ ਸਭ ਚਿੰਤਾ ਵਿਚਹੁ ਜਾਇ॥(ਪੰਨਾ ੧੨੮੧)

gurumukh har prubh man vusai thaa(n) sudhaa[1] sudhaa sukh hoe |
sehusaa[2] mool n hovee subh chi(n)thiaa vichuhu jaae |
ਜੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਦਇਆ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਵਸੇ ਤਾਂ ਇਨਸਾਨ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ[੧] ਸੁਖ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਸੰਦੇਹ[੨] ਨਹੀਂ ਵਿਆਪਦਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਾਰੀ ਚਿੰਤਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

If by the Guru's grace, the Lord abides in one's mind, one is ever[1] at peace. One always gets rid of doubt[2] and one's anxiety is removed.

੧੨.ਨਹ ਚਿੰਤਾ ਮਾਤ ਪਿਤ ਭ੍ਰਾਤਹ[੧] ਨਹ ਚਿੰਤ ਕਛੁ ਲੋਕ ਕਹ॥
ਨਹ ਚਿੰਤਾ ਬਨਿਤਾ[੨] ਸੁਤ[੩] ਮੀਤਹ[੪] ਪ੍ਰਵਿਰਤਿ[੫] ਮਾਇਆ ਸਨਬੰਧਨਹ॥
ਦਇਆਲ ਏਕ ਭਗਵਾਨ ਪੁਰਖਹ ਨਾਨਕ ਸਰਬ ਜੀਅ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕਹ[੬]॥(ਪੰਨਾ ੧੩੫੫)

neh chi(n)thaa maath pith bhraatheh[1] neh chi(n)thaa kushh lok keh |
neh chi(n)thaa banithaa[2] suth[3] meetheh[4] pravirath[5] maaeiaa sunubu(n)dhhuneh |
dhaeiaal eaek bhuguvaan purukheh naanuk surub jeea prathiapaalukeh[6] |

ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਤ-ਪਿਤਾ, ਭਰਾਵਾਂ[1] ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਭੋਰਾ ਜਿਨਾਂ ਵੀ ਫਿਕਰ ਨਾ ਕਰ। ਤੈਨੂੰ ਵਹੁਟੀ[2], ਪੁਤ੍ਰਾਂ[3] ਅਤੇ ਮਿਤਰਾਂ[4] ਦਾ ਵੀ ਫਿਕਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੋਹ ਪਾਣਾ[5] ਮਾਇਆ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤਾ ਗੰਢਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਕੇਵਲ ਇਕ ਦਇਆ ਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਭਗਵਾਨ ਪ੍ਰਭੂ ਹੀ ਸਾਰਿਆਂ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣਹਾਰ[6] ਹੈ।

Do not worry so much about your mother, father and siblings[1]. Do not worry so much about other people. Do not be anxious for your spouse[2], sons[3] and friends[4], as to be involved [5]with them is to be bound by Mammon. The One Lord God is Kind and Compassionate, O Nanak, He sustains[6] all living beings.

### ੧੩.ਚਿੰਤਾ ਧਾਵਤ[1] ਰਹਿ[2] ਗਏ ਤਾਂ ਮਨ ਭਇਆ ਅਨੰਦੁ॥(ਪੰਨਾ ੧੪੧੫)

chi(n)thaa dhhaavuth[1] rehi[2] geae thaa(n) man bhaeiaa anu(n)dh |
ਚਿੰਤਿਾ ਵਿਚ ਭਟਕ ਰਹੇ[1] ਜਿਹੜੇ ਮਨੁੱਖ( ਭਟਕਣ ਤੋਂ) ਬਚ[2] ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦ ਮਨ ਵਿਚ ਅਨੰਦ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

When anxiety and wanderings[1] come to an end[2], the mind becomes happy.

# Opinions of Some Eminent Scholors about Sri Guru Granth Sahib

“Guru granth is a part of mankind's common spiritual treasure, it is important that it should be brought within the direct reach of many people as possible.”

Arnold Toynbee, American Historian

“I have studied the scriptures of others religions but I do not find elsewhere the same power of appeal of the heart and mind as I find in the Guru Granth Sahib. It speaks to me of life and death; of time and eternity; of the temporal human body and its need; of the mystic human soul and it longing to be filled.”

Pearl S.Buck,American Nobel Laureate

“ The world today needs to be united to one axis, and this axis is the human conscience. Listening to its voice we can overcome all the problems facing us. Gurbani serves as the guiding star to show us this right path.”

Dr. Mohammad Yusaf Abbasi, Pakistani Historian

“ Sri Guru Granth Sahib has been the living voice of all prophets and preceptors…. A wide range of mystical emotion, intimate expressions of the personal realization of God and rapturous hymns of divine love.”

-Dr. S.Radhakrishanan, Indian Scholar

“ The Guru Granth Sahib ignites the spark of spiritually in our mundane life…. The entire mankind can seek inspiration from it, and has been seeking it for years.”

-Dr. Dharam Pal Maini, Punjabi Writer.

て.

9.

10.

11.

12.

13.

१४.

१५.

१६.

१७.

१८.

१९.

२०.

२१.

२२.

२३.

२४.

२५.

२६.

२७.

२८.

29.

30.

31.

32.

33.

34.

३५.

३६.

३७.

**११.**

**१२.**

१३.

१४.

15.

१६.

१७.

१८.

१९.

२०.

२१.

22.

23.

२४.

२५.

२६.

२७.

२८.

२९.

३०.

३१.

३२.